Thanh An

TỰ MÌNH CHIẾN THẮNG UNG THƯ

Lời ngỏ

Chào bạn.

Khi bạn đọc quyển sách này nghĩa là bạn hoặc người thân hoặc ít nhất bạn biết ai đó đang mắc căn bệnh ung thư. Và họ đang chịu đựng những mệt mỏi, đau đớn về tinh thần và thể xác?

Theo thông lệ rất thường thấy là người bệnh sau khi được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, tinh thần suy sụp với những nỗi sợ hãi rồi sau đó trải qua những ngày dài mòn mỏi chờ đợi những đợt xét nghiệm, kiểm tra và rồi tiến hành các phát đồ điều trị phẩu thuật, xạ trị, hóa trị…

Và rồi người bệnh phải chịu đựng cơn đau vật vả, đau nhức toàn thân, sống như cảnh sống trong địa ngục… Đó là những gì mà tất cả chúng ta đều chứng

kiến qua với một bệnh nhân ung thư. Và bạn sẽ làm gì để giúp người bệnh vượt qua cơn đau đớn đó?

Nếu bạn hoặc người bạn yêu thương đã được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, bạn muốn làm mọi thứ tốt nhất có thể để đánh bại căn bệnh này. Rồi bạn sẽ nhận được rất nhiều lời khuyên, từ những người bạn, người có chuyên môn, từ những bác sĩ ung thư. Những lời khuyên có khi hoàn toàn trái ngược nhau. Và bạn không biết chọn lựa thế nào? Giải pháp nào là tốt nhất cho bạn hoặc cho người thân?

Điều đầu tiên, tôi tha thiết mong bạn hãy BÌNH TÂM giữ cho mình thật BÌNH TĨNH để chọn ra giải pháp tốt nhất cho mình. Phần lớn người bệnh sau khi biết mình mắc ung thư, họ tìm đến bác sĩ và gần như hoàn toàn tin tuyệt đối vào bác sĩ. Tôi không có ý định phê phán phương pháp điều trị của bác sĩ nhưng rõ ràng chúng ta cần xem xét những tác động TÀN NHẪN như hóa trị và xạ trị gây ra. Nếu những ai chứng kiến nỗi đau đớn, vật vả của người bệnh ắt hẳn sẽ cảm nhận được.

Tôi mong bạn hãy dành thời gian ít nhất một hai ngày đọc hết cuốn sách này và một số tài liệu liên quan được giới thiệu kèm. Chậm đi một hai ngày, bạn sẽ không chết ngay vì căn bệnh ung thư đã tiềm ẩn trong

người bạn ít nhất vài năm cho tới mười năm, hai mươi năm trước khi bạn phát hiện ra nó.

Hãy đọc và nghiên cứu kỹ các giải pháp điều trị ung thư được chia sẻ trong quyển sách này. Có rất nhiều phương pháp trị liệu ung thư không dùng thuốc, hoàn toàn tự nhiên mà bạn có thể tự mình chữa bệnh cho mình. Những phương pháp nêu ra có thể mâu thuẩn và trái ngược với Tây y, đã gây ra rất nhiều tranh cãi trong Y học và chắc chắn đã từng bị chống đối và phản bác. Có những điều mà bạn chưa hề được nghe đến, chưa hề được nhắc đến trên các phương tiện thông tin đại chúng.

Tôi muốn bạn hãy MỞ RỘNG TẦM NHÌN, không giới hạn bởi những phương pháp điều trị truyền thống. Mở rộng tầm nhìn không chỉ giới hạn trong cuốn sách này. Có rất nhiều kênh thông tin để bạn tìm kiếm. Internet là nguồn thông tin dồi dào mà bạn có thể tìm kiếm. Những trang web được nêu ở cuối cuốn sách sẽ là nguồn tài nguyên phong phú để bạn tìm hiểu.

"TỰ MÌNH CHIẾN THẮNG UNG THƯ" là tựa cuốn sách mà tôi rất tâm huyết và mất rất nhiều công sức để truyền tải đến các bạn. Tôi không chắc là những giải pháp được nêu ra trong quyển sách đã là tốt nhất chưa. Nó cũng không thể thay thế hay tư vấn về một phương pháp điều trị cụ thể nào. Nhưng tôi tin chắc

*rằng bạn sẽ có thêm RẤT NHIỀU và RẤT NHIỀU thông tin để có những lựa chọn sáng suốt. Bạn có thể tự chọn lựa cho mình giải pháp tốt nhất để "**tự mình cứu lấy mình**". Và "**bạn phải là người chịu trách nhiệm trước lựa chọn của bạn**".*

Hãy chiêm nghiệm thật kỹ các phương pháp và các câu chuyện chứng thực của người bệnh ung thư để xem họ vượt qua và sống sót như thế nào sau căn bệnh ung thư. Từ đó bạn có những chọn lựa giải pháp nào là tốt chất cho mình.

Cuộc sống này là của bạn.
Sức khỏe này là của bạn.
Tôi tin bạn có chọn lựa sáng suốt.

Mục lục

Lời ngỏ.....3

Giới thiệu.....9

Chương 1: Hiểu biết về ung thư..... 13

- Ung thư là gì? 14
- Tại sao chúng ta bị ung thư? 14
- Quá trình gây nên bệnh ung thư 17

Chương 2: Phương pháp chữa ung thư chính thống..... 21

- Phương pháp điều trị ung thư chính thống..... 21
- Ý kiến của các chuyên gia về hóa trị, xạ trị..... 31
- Cơ thể con người là cổ máy kỳ diệu 37
- So sánh điều trị tự nhiên và điều trị chính thống 41

Chương 3: Phương pháp điều trị ung thư thay thế 47

- Giới thiệu về phương pháp thay thế 47
- Cuộc chiến trong nền công nghiệp ung thư 51
- Quan niệm mới về phương pháp chữa ung thư..... 55

Chương 4: Một số phương pháp trị liệu thay thế 63

- Phương pháp trị liệu Gerson 65
- Phương pháp trị liệu Kelley..... 71
- Phương pháp trị liệu Essiac 77
- Phương pháp trị liệu Budwig 81
- Phương pháp của Lorraine Day 87
- Phương pháp của Bill Henderson 95
- Phương pháp thực dưỡng Ohsawa 99
- Phương pháp Diện Chẩn 109

- Kỹ thuật massage tăng cường sức khỏe..... 115

Chương 5: Chế độ dinh dưỡng cho người bệnh ung thư

- Chế độ dinh dưỡng..... 121
- Thực phẩm không nên ăn 123
- Thực phẩm nên ăn..... 126
- Thực phẩm hỗ trợ điều trị ung thư 129
- Thảo dược hỗ trợ điều trị ung thư 139
- Một số món ăn gợi ý..... 151

Chương 6: Trị liệu bằng Tâm Linh..... 161

- Bệnh do tâm sinh..... 163
- Tâm lý quyết định hiệu quả chữa bệnh 165
- Thiền trong trị liệu ung thư 171
- Sức mạnh của Niệm Phật giúp chuyển hóa tế bào ung thư..... 175
- Sức mạnh kỳ diệu của tình yêu..... 181
- Tần số yêu thương..... 189

Chương 7: Tóm tắt 10 bước chữa ung thư tự nhiên 195

Chương 8: Trải nghiệm thực tế..... 215

PHỤ LỤC

- Câu chuyện chứng thực..... 231
- Phương pháp thanh lọc cơ thể 283
- Tài liệu tham khảo..... 291

Giới thiệu

Chào bạn.

Tôi tên là Tiêu Thị Nhẫn, là một giáo viên cấp 3 nhưng không biết cơ duyên đưa đẩy thế nào mà tôi lại có động lực với người bệnh ung thư. Có lẽ bắt đầu từ người thân của tôi. Bác tôi ra đi cách đây 6 năm mắc ung thư phổi, anh họ tôi đi cách đây 3 năm vì ung thư gan, học trò tôi ra đi cách đây 3 năm vì ung thư máu dù đã rất nỗ lực chạy chữa... Và nhiều câu chuyện khác từ bạn bè, đồng nghiệp... Chứng kiến cảnh họ mệt mỏi, đau đớn vật vả khi mắc phải căn bệnh ung thư và nhiều trường hợp dù rất nỗ lực chạy chữa nhưng đều không qua khỏi làm tôi rất đau lòng.

Có lẽ chính vì điều đó đã tạo cho tôi động lực tìm kiếm các phương pháp chữa trị hiệu quả mà không chịu nhiều đau đớn do hóa trị và xạ trị gây ra.

Tôi đã dành thời gian gần 3 năm với nhiều nỗ lực và tâm huyết để mong tìm kiếm một giải pháp giúp người bệnh có thể vượt qua và được cứu sống.

Bắt đầu từ internet và rất nhiều nguồn tài liệu khác như sách, tài liệu về ung thư trong và ngoài nước, tham gia các khóa học, tham vấn ý kiến của người có chuyên môn, gặp gỡ và tiếp cận những người bệnh đã chữa ung thư thành công và cả trường hợp thất bại. Và tôi đã bắt gặp rất nhiều câu chuyện chữa ung thư thành công chỉ với các phương pháp đơn giản. Các phương pháp chữa trị hoàn toàn tự nhiên, không dùng thuốc, an toàn không độc hại mà người bệnh có thể tự chữa cho chính cá nhân của mình.

Các phương pháp này gọi là phương pháp thay thế nghĩa là thay thế cho phương pháp điều trị độc hại như hóa trị, xạ trị. Mục đích của các phương pháp này hoàn toàn khác với các phương pháp truyền thống. Nếu như phương pháp truyền thống là giải quyết triệu chứng của bệnh, nghĩa là cắt bỏ, tiêu diệt tế bào ung thư. Thì phương pháp thay thế đi giải quyết cái nguyên nhân gây bệnh, đi ngược lại nguyên nhân gây ra bệnh, tái lập lại

cơ thể, tái lập lại hệ miễn dịch vốn suy yếu để chữa từ tận gốc căn bệnh.

Bản thân có điều kiện tiếp xúc rất người bệnh, tôi nhận thấy hiểu biết về căn bệnh ung thư rất hạn chế. Phần lớn, 99% người bệnh hoàn toàn tin tưởng tuyệt đối vào các phát đồ điều trị của Bác sĩ. Trong khi đó, nếu bạn có cái nhìn rộng mở, bạn có nhiều hướng để chọn lựa cho mình một giải pháp tốt nhất. Vì thế, bằng cả tình yêu, tâm huyết tôi mong muốn được chia sẻ đến với các bạn.

Nội dung cuốn sách là sự tổng hợp từ rất nhiều nguồn tài liệu trong và ngoài nước. Những điều chia sẻ trong cuốn sách này không có ý định tư vấn hay thay thế giải pháp chữa bệnh mà tôi chỉ là "người tổng hợp và chia sẻ" đến các bạn để bạn có thêm thông tin tham khảo. Tuy nhiên, cũng xin lưu ý, một số nội dung trong cuốn sách có thể sẽ gây mâu thuẫn và nhận sự phản đối của nhiều người, nhất là với các bác sĩ Tây y.

Và phần lớn nội dung trong cuốn sách được chuyển tải từ các nguồn tài liệu Tiếng Anh, hơn nữa tôi cũng không phải là chuyên gia viết lách nên không tránh khỏi những sai sót, mong các bạn lượng thứ. Xin được ghi nhận những ý kiến đóng góp của các bạn.

Bạn có thể truy cập web sau để cập nhật những thông tin mới:

www.cachchuabenhungthu.com

www.niemphatchuaungthu.com

Và nếu bạn tìm thấy phương pháp nào hay khác, bạn có thể chia sẻ để có thể đóng góp để nhiều người nhận được những giá trị từ bạn và có cơ hội được cứu sống.

Mọi góp ý và chia sẻ, bạn có thể gởi về địa chỉ

Email: nhantieu124@gmail.com.

Blog: www.TieuThiNhan.blogspot.com

Facebook: www.facebook.com/TieuThiNhan

Chương 1

HIỂU BIẾT VỀ UNG THƯ

Hiện nay trên Thế giới nói chung và Việt Nam nói riêng, tỉ lệ bệnh ung thư gia tăng chóng mặt. Theo thống kê năm 2015 của tổ chức Y tế Thế giới, trên thế giới có thêm 13 triệu ca mới mỗi năm, riêng Việt Nam mỗi năm có thêm 150.000 bệnh nhân ung thư mới được phát hiện.

Tỉ lệ tử vong do ung thư tại Việt Nam chiếm 73,5%, chung trên toàn thế giới là 59,7%. Có nghĩa mỗi ngày trôi qua có hơn 200 người tử vong vì bệnh ung thư. Dự đoán năm 2020 sẽ có thêm 200.000 ca

ung thư mới. Nếu không có những biện pháp ngăn chặn thì ung thư trở thành "*đại dịch*"

Ung thư là gì?

Ung thư (cancer) là tên dùng chung để mô tả một nhóm các bệnh phản ảnh những sự thay đổi về sinh sản, tăng trưởng và chức năng của tế bào. Các tế bào bình thường trở nên bất thường (đột biến) và tăng sinh một cách không kiểm soát, xâm lấn các mô ở gần (xâm lấn cục bộ) hay ở xa (di căn) qua hệ thống bạch huyết hay mạch máu. Di căn là nguyên nhân gây tử vong chính của ung thư. Những thuật ngữ khác của ung thư là khối u ác tính hoặc tân sinh ác tính (malignant neoplasm). Ung thư không chỉ là một bệnh mà là nhiều bệnh. Có hơn 100 loại ung thư khác nhau. Đến 90% ung thư phát triển dưới dạng khối u. Phần còn lại không biểu hiện ở khối u như ung thư máu, ung thư hệ bạch huyết, ung thư da.

Tại sao chúng ta bị bệnh ung thư?

Ngày nay, không chỉ có người nghiện thuốc lá, nghiện rượu, người nghèo ăn uống thiếu hụt dinh dưỡng mới mắc bệnh ung thư, mà ngay cả có chế độ ăn uống cẩn thận, thậm chí rất quan tâm chăm sóc sức khỏe nhưng vẫn mắc bệnh. Tại sao?

Có rất nhiều nguyên nhân, nhưng tôi tạm vắn tắt những lí do tại sao chúng ta mắc bệnh ung thư:

a. Nguyên nhân thứ 1: là do di truyền. Nếu trong gia đình đã có người mắc bệnh ung thư thì con cái có khả năng mắc bệnh ung thư cao. Tỉ lệ bệnh ung thư do di truyền được cho là chiếm tỉ lệ khá cao, tới 30%. Tuy nhiên, nhiều nghiên cứu cho thấy tỉ lệ di truyền do gen chỉ chiếm khoảng 1-3%. Phần còn lại di truyền về thói quen ăn uống, thói quen hành xử... Vì dụ nếu mẹ có thói quen ăn những món ăn A, thói quen chế biến B thì những người con trong gia đình cũng có thói quen ăn uống giống mẹ. Vì thế nếu mẹ mắc ung thư vú thì người con có nguy cơ ung thư cao.

b. Nguyên nhân thứ 2: Do nhiễm độc. Nhiều hóa chất độc hại trong thức ăn, động vật, thực vật bị sử dụng quá mức chất kích thích, tăng trưởng. Thực phẩm, thức uống chứa nhiều chất bảo quản, chất phụ gia độc hại. Không khí, môi trường, nguồn nước bị ô nhiễm…

c. Nguyên nhân thứ 3: Chế độ dinh dưỡng mất cân bằng. Thói quen ăn uống thừa đạm, chất béo, thiếu lượng vitamin, khoáng chất đã gây nên sự mất cân đối trong cơ thể. Các cơ quan chức năng lâu ngày thiếu

hoặc quá tải sẽ hoạt động kém hiệu quả dẫn đến sự mất cân bằng nội môi.

Thói quen sử dụng thức ăn chế biến sẵn, thức ăn xử lí ở nhiệt độ cao làm mất nhiều dưỡng chất để dung nạp cho cơ thể. Theo thống kê của BV Ung Bướu, có đến 60% người bệnh do từ thói quen ăn uống.

d. Nguyên nhân thứ 4: Thiếu oxi cung cấp đến các tế bào. Những người sống trong môi trường ô nhiễm, chứa nhiều độc tố như gần các nhà máy, khu công nghiệp chứa nhiều chất thải. Sự thiếu oxi làm các tế bào biến đổi làm sai lệch cấu trúc gen thành tế bào ung thư.

e. Nguyên nhân thứ 5: Do tổn thương tâm lý, suy sụp tinh thần kéo dài. Đây là nguyên nhân tiềm ẩn từ bên trong mà ít ai để ý đến. Ví dụ như gia đình có xảy ra biến cố như người thân mất, vợ chồng li hôn. Tâm lý bất ổn định do áp lực công việc, áp lực con cái, mâu thuẫn gia đình cũng là nguyên nhân dẫn đến bệnh ung thư.

Nguyên nhân gây nên bệnh ung thư không chỉ đơn thuần do một nguyên nhân gây ra mà do tổng hợp của nhiều nguyên nhân.

Quá trình gây nên bệnh ung thư

Ung thư là không chỉ đơn thuần là triệu chứng bệnh. Nó là phản ứng của cơ thể báo hiệu cho biết cơ thể chúng ta đang bị lỗi. Nó là kết quả của quá trình lỗi hệ thống từ rất nhiều tháng, năm trước khi các bác sĩ thông báo chúng ta mắc ung thư. Hệ thống cơ thể của chúng ta "bị lỗi" nên tế bào ung thư mới có cơ hội phát triển.

Do độc tố, do nhiễm khuẩn, gốc tự do và nhiều nguyên nhân khác nhau làm sai lệch DNA khiến tế bào bình thường biến thành tế bào "bị lỗi" (tế bào ung thư). Và bất cứ ai trong chúng ta đều có tế bào "bị lỗi" xuất hiện trong cơ thể. Các tế bào "bị lỗi" này cũng được phát triển nhân đôi mỗi ngày như tế bào bình thường nhưng "*không kiểm soát được*".

Trong cơ thể của chúng ta có đến hơn 60 nghìn tỉ tế bào (60.000.000.000.000). Toàn bộ các tế bào đều nhân đôi và chết đi để thay thể tế bào mới (cả tế bào thường và tế bào "bị lỗi"). Mỗi ngày trôi qua, có 300tỉ tế bào được thay thế trong cơ thể chúng ta. Nếu tỉ lệ các tế bào do các nguyên nhân trên mà bị "lỗi" chiếm tỉ lệ 1/1000.000 thì mỗi ngày trong cơ thể chúng ta xuất hiện "*3triệu tế bào bị lỗi*".

Bất kỳ ai trong chúng ta đều có tế bào "bị lỗi". Nhưng tại sao có người mắc ung thư, có người không?

Bởi lẽ, khi tế bào "bị lỗi" xuất hiện, hệ miễn dịch của chúng ta xuất hiện để thanh trừ nó. Trong hệ miễn dịch của cơ thể chúng ta có đến 20 nghìn tỉ trong tổng số toàn cơ thể 60 nghìn tỉ với 130 loại tế bào khác nhau. Mỗi tế bào hay một nhóm tế bào sẽ thực hiện chức năng riêng biệt. Chúng có thể điều chỉnh hoặc tiêu diệt tế bào "lỗi" có thể lên đến hàng triệu mỗi ngày.

Ta lấy một ví dụ đơn giản thế này. Hai người bị trúng mưa nhưng một người bị cảm, người kia lại không. Có nghĩa là người không bị cảm vì hệ miễn dịch tốt hơn tiêu diệt các vi rút. Còn người kia yếu hơn nên để vi rút tấn công nên bị cảm.

Với các tế bào ung thư cũng vậy, khi chúng xuất hiện trong cơ thể thì các tế bào của hệ miễn dịch sẽ xuất hiện và "thanh trừ" chúng. Quá trình chiến đấu này diễn ra trong suốt cuộc đời chúng ta. *Nhưng điều gì xảy ra nếu hệ miễn dịch của chúng ta bị "yếu"*? Chúng không đủ sức để "thanh trừ" các tế bào bị "lỗi" nên để chúng phát triển mỗi ngày lâu dần hình thành khối u gây nên bệnh ung thư. Quá trình này có thể kéo dài rất chậm, có thể đến 15 – 20 năm. Nhưng một số trường

hợp diễn ra rất nhanh 3 – 5 năm, thậm chí chỉ 6 tháng – 1 năm.

Hệ miễn dịch càng suy giảm có nhiều nguyên nhân. Do thiếu hụt dinh dưỡng lâu ngày và ăn uống mất cân bằng, thừa rất nhiều chất béo, đạm đã làm cho các chức năng trong cơ thể rối loạn chuyển hóa, mất cân bằng nội môi làm giảm khả năng thích ứng của cơ thể.

Do quá trình căng thẳng, stress kéo dài như suy sụp tinh thần, sự cố gia đình, áp lực công việc, con cái diễn ra lâu dài… là nguyên nhân rất lớn khiến hệ miễn dịch bị suy yếu. Ông Ed Sopcak, nhà nghiên cứu về ung thư cho biết, qua tư vấn 30000 bệnh nhân ung thư tại Mỹ, ông nhận thấy phần lớn các bệnh nhân trước đó đều có xảy ra những biến cố gia đình gây khủng hoảng tinh thần trước 3 tháng đến 3 năm khi phát bệnh.

Tóm lại, "Ung thư là kết quả cuối cùng của sự hỗn loạn về chuyển hóa chất trong cơ thể. Nó diễn ra âm thầm trong toàn bộ cơ thể, sự rối loạn từ từ của các cơ quan chức năng: gan, thận, tụy, thần kinh, hệ bài tiết, hệ miễn dịch (cơ quan phòng thủ của cơ thể). Là sự mất cân bằng giữa sức mạnh của hệ thống miễn dịch và số lượng của tế bào ung thư.

Điều đó có nghĩa là nếu tế bào " bị lỗi" càng nhiều và hệ miễn dịch ngày càng suy yếu thì càng có nguy cơ mắc bệnh ung thư. Một người trong suốt cuộc đời họ không được chẩn đoán mắc bệnh ung thư là do có có một hệ miễn dịch đủ tốt nên có thể kiểm soát tế bào ung thư.

Chương 2

PHƯƠNG PHÁP CHỮA UNG THƯ CHÍNH THỐNG

Bạn sẽ làm điều gì khi bạn phát hiện mình mang căn bệnh ung thư? Đó là đến gặp bác sĩ và bạn sẽ được tư vấn về quá trình trị liệu theo phương pháp điều trị ung thư chính thống hiện là phẩu thuật, xạ trị và hóa trị.

Mục đích của phương pháp này là cắt bỏ, triệt tiêu khối u, triệt tiêu tế bào ung thư. Và có đến 90% người bệnh đã chọn lựa theo phương pháp này. Nhưng liệu đây có phải là lựa chọn tốt nhất? Chúng ta hãy cùng

xem xét lợi ích kèm những tác hại mà tôi tổng hợp từ các tài liệu

Khi được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, những giai đoạn mà bạn sẽ trải qua

- *Bước 1:* Các bệnh nhân đi khám bác sĩ và được chẩn đoán mắc bệnh ung thư.
- *Bước 2:* Các bác sĩ yêu cầu phẩu thuật để cắt bỏ khối u để ngăn chặn sự tái phát.
- *Bước 3:* Sau đó, phát đồ tiếp theo là cho bệnh nhân hóa trị liệu hoặc xạ trị. Giai đoạn này có thể thực hiện trước hoặc sau khi phẩu thuật.
- *Bước 4:* Bác sĩ thông báo cho bệnh nhân đã "thành công"
- *Bước 5:* Các ung thư tái phát trở lại.
- *Bước 6:* Quay trở lại bước 1.

Đây là chu kỳ cho hầu như tất cả các bệnh nhân ung thư. Sự khác biệt duy nhất giữa các bệnh nhân là bao lâu chu kỳ lặp lại và lặp đi bao nhiêu lần. Chu kỳ cứ lặp lại cho đến khi bạn không còn có thể cứu chữa được. Thậm chí có rất nhiều bênh nhân chỉ có thể dừng lại ở bước 3 ở ngay chu kỳ đầu tiên.

Hẳn là bạn thường nghe một nhân vật nổi tiếng nào đó bị ung thư, họ mạnh mẽ, ý chí, chiến đấu kiên

cường để chống chọi với ung thư để rồi vài tháng sau bạn nghe báo chí thông tin bệnh của họ trở nặng và không qua khỏi dù họ đã tuân thủ quá trình trị liệu nghiêm ngặt. Chúng ta sẽ hiểu họ chết vì ung thư. Nhưng một thực tế mà ít ai biết là *"họ mắc ung thư nhưng không chết vì ung thư mà chết vì quá trình trị liệu ung thư"*.

Khi bạn được phát hiện mắc bệnh ung thư, phần lớn chúng ta hoàn toàn tin tưởng và đặt tính mạng mình cho các bác sĩ. Chúng ta không có lựa chọn khác. Bác sĩ thuyết phục "*Bạn phải phẩu thuật để cắt bỏ khối u*" "*Bạn phải hóa chất để ngăn chặn sự di căn của tế bào ung thư*" ... Và khi áp dụng, chúng ta trải qua quá trình điều trị đau đớn như sống trong cảnh địa ngục.

Nếu may mắn, sau 6 tháng – 1 năm chống chọi, bạn được thông báo chữa thành công, khối u đã không còn. Nhưng vài tháng sau, vài năm sau bạn lại bị tái phát. Lúc này nó mạnh mẽ hơn và cơ hội điều trị khó khăn hơn.

Nếu không may mắn, *"Khi khối u không còn thì bệnh nhân cũng đi theo khối u."* hoặc cơ thể không thể chịu nổi tác dụng của hóa trị, xạ trị để rồi bệnh nhân gục ngã vì chứng suy thận, suy tim, chức năng gan bị phá hủy...

Khi được tự vấn của bác sĩ, có khi nào bạn tự đặt câu hỏi "*Phẩu thuật, hóa trị... cơ hội thành công là bao nhiêu %? Có thể sống được bao lâu? Chất lượng cuộc sống như thế nào?*" Bạn sẽ nhận được câu trả lời là "*Bạn sẽ tốt hơn*" hay "*Nếu thành công, bạn sẽ có cơ hội kéo dài sự sống 5 năm. Nếu qua khỏi 5 năm, xem như là bệnh khỏi hẳn*"

Tại sao bác sĩ không nói "chữa khỏi" mà chỉ nói "kéo dài" sự sống? Con số 5 năm là con số lý thuyết. Thực tế có rất nhiều người chỉ 2-3 năm, thậm chí rất nhanh là 6 tháng – 1 năm. Nếu bạn thấy ai đó, sau điều trị theo truyền thống có thể sống được 10 năm hoặc hơn. Họ rất may mắn và con số đó rất ít.

Một nghiên cứu của các bác sĩ ung thư đăng tải trên tạp chí ung thư (Journal of Oncology - năm 2004, quyển 16, trang 549 – 569) *"Tổng bệnh nhân kéo dài sự sống trên 5 năm đạt tỉ lệ 3% thay vì chữa khỏi. Con số 3% thực sự rất khiêm tốn. Điều đó có nghĩa là 97% điều trị thất bại?"*

Một số lí giải tại sao tỉ lệ chỉ là 3%

Phẩu thuật

Với các ung thư phổ biến như ung thư vú, ung thư tuyến tiền liệt, ung thư đại tràng, ... phát triển ung thư dạng u. Phát đồ điều trị đầu tiên là phẩu thuật, bác sĩ giải thích "Phải phẩu thuật cắt bỏ khối để ngăn chặn sự di căn".

Sau cơn phẩu thuật, người bạn có yếu hơn nhưng bạn rất an tâm là khối u đã được lấy ra hoàn toàn. Nhưng thực tế thì... trong quá trình phẩu thuật, vẫn có thể có vài chục ngàn tế bào có cơ hội thoát khỏi bàn tay của bác sĩ để di căn đến các nơi khác. Bạn hãy hình dung, chỉ cần khối u cỡ đầu bút chì sẽ chứa khoảng 1 tỉ tế bào ung thư. Vậy khi phẩu thuật, vài chục ngàn các tế bào vẫn có thể di căn sang nơi khác. Điều này hoàn toàn có thể xảy ra. Đó là lí do mà nhiều người vừa phẩu thuật xong chỉ ít lâu sau lại phát hiện di căn qua chỗ khác.

Vì vậy nếu phải quyết định phẩu thuật để cắt bỏ khối u, bạn hãy xem xét và cân nhắc. Trừ phi cuộc sống của bạn đang bị đe dọa. Điều bạn quan tâm là nếu không phẩu thuật thì sẽ làm gì? Ở phần sau của cuốn sách, bạn sẽ tìm thấy có nhiều cách để tiêu diệt khối u thay vì phải phẩu thuật gây tổn hại sức khỏe mà có nguy cơ làm tế bào ung thư phát tán sang nơi khác.

Hóa trị

Hóa trị là phát đồ thường dùng sau khi phẩu thuật để tiêu diệt các tế bào ung thư còn lại hoặc tiêu diệt các tế bào di căn ở khắp nơi trong cơ thể. Nghiên cứu cho thấy có đến 75% bệnh nhân áp dụng điều trị theo phương pháp hóa trị.

Nguyên lý cơ bản của hóa trị liệu là giết chết tế bào ung thư bằng cách dùng hóa chất can thiệp vào quá trình phân chia của tế bào. Hóa chất sẽ phá hủy các protein liên quan, hoặc phá hủy chính DNA của tế bào, làm cho tế bào tự chết đi.

Nhưng bạn hình dung thế nào một lượng hóa chất đi vào mạch máu theo các tĩnh mạch đi khắp nơi trong cơ thể? Mặc dù có rất nhiều cải thiện tác dụng phụ của hóa trị. Nhưng nó vẫn là nỗi ám ảnh của người bệnh. Hóa chất đi vào tĩnh mạch để tiêu diệt tế bào ung thư. "*Nhưng nó có thể phân biệt được tế bào ung thư với tế bào thường không?*". Những nghiên cứu cho thấy, chỉ có một phần trăm rất nhỏ hóa trị có kết quả đầy hứa hẹn trong thời gian ban đầu rất ngắn. Càng về sau, hóa trị không còn hiệu quả nữa. Phần lớn nó tiêu diệt tế bào khỏe mạnh, nó phá hỏng mọi thứ trên đường nó đi qua.

Những biểu hiện mà bạn có thể dễ nhìn thấy là rụng tóc, nôn mửa, khô miệng, ăn uống không ngon, tiêu hóa kém, mất ngủ, sốt, toàn đau nhức,... rất nhiều và rất nhiều. Người bệnh chỉ muốn chết đi cho xong.

Nhưng đó là những biểu hiện mà chúng ta nhìn thấy hay cảm nhận được. Còn có vô số thiệt hại bên trong ở các cơ quan, hệ thống bạch huyết, hệ thống thần kinh, não bộ,... mà chúng ta không nhìn thấy được. Nó phá hỏng đường ruột, làm cho cơ thể không hấp thu được thức ăn. Đó là lí do vì sao người bệnh thường bị thiếu dinh dưỡng. Suy dinh dưỡng, tổn hại hệ miễn dịch, suy thận, hệ thần kinh, tổn hại nhiều cơ quan chức năng,...

Rất dễ dàng nhìn thấy ở nhiều người bệnh, sau một thời gian điều trị hóa chất, bụng bắt đầu trướng, chân tay phù, tiểu tiện không thể... lí do là thận, gan đã bị suy yếu trầm trọng không còn chức năng làm việc. Rồi người bệnh chuyển sang giai đoạn chạy thận, lọc thận... và thì cuộc sống chỉ kéo dài thêm vài ngày, vài tuần sau đó. Đó là lí do vì sao bệnh nhân chết trước khi ung thư làm cho họ chết. Với cách điều trị này, các chuyên gia ung thư tự nhiên gọi là *"hành động mọi rợ"*.

Bạn hãy nhìn hình ảnh cánh tay bị phỏng mà tôi chụp lại từ người bệnh ở Bình Dương. Do bất cẩn, cô

y tá đã để hóa chất tràn ra ngoài ra đốt cháy cả bàn tay. Trên hình là bàn tay đã lành 80%, nếu nhìn lúc mới bị thì sẽ kinh khủng thế nào. Bên ngoài da, bạn nhìn thấy sức công phá của nó vậy đó, còn khi nó được chuyền vào tĩnh mạch đi khắp nơi trong cơ thể thì nó công phá thế nào?

"Tại sao bạn lại có thể đồng ý để bác sĩ tiêm vào người bạn loại thuốc cực độc vậy và hi vọng mình có thể sống sót với ***sức công phá dữ dội*** *của nó khi vô cơ thể".*

Tiến sĩ Lorraine Day phát biểu trong "*Cancer doesn't Scare Me Anymore*" (Ung thư không làm cho tôi sợ hơn nữa) "*Hệ thống miễn dịch của bạn là yếu tố quan trọng trong cuộc chiến chống ung thư. Tại sao bạn lại tiêu diệt nó?*" Ung thư là do sự mất cân bằng của sức mạnh của hệ miễn dịch và số lượng tế bào ung thư. Chính vì hệ miễn dịch của bạn suy giảm nên bệnh ung thư mới có cơ hội bình phát. Và bây giờ thì thay vì bạn tìm cách nâng cao hệ miễn dịch của mình để nâng sức

chống đỡ lại với khối u thì bạn "*bơm cả khối chất độc*" vào cơ thể phá hủy hệ thống miễn dịch để đẩy nhanh đến cái chết.

Chẳng khác nào "*Có một con sâu đục phá cây cột. Để tiêu diệt con sâu, bạn phá luôn cây cột. Khi con sâu chết, cây cột cũng sập luôn. Thậm chí, sâu chưa chết, cột đã bị sập trước đó. Hoặc nếu con sâu đã chết thì cây cột cũng không chống đỡ nổi. Chỉ cần cơn gió thổi qua cũng làm đổ sập cây cột*".

May mắn là ngày nay đã có nhiều người thông minh can đảm từ chối hóa trị để chọn lựa lối điều trị tự nhiên và họ đã thành công tự cứu lấy cuộc sống của mình thay vì phải tin lời Bác sĩ. Bạn có thể đọc rất nhiều câu chuyện được dẫn chứng ở phần cuối cuốn sách này.

Xạ trị

Xạ trị là dùng bức xạ có năng lượng lớn chiếu trực tiếp vào khối u để triệt tiêu tế bào ung thư. Nhiều người vẫn nghĩ, xạ trị chỉ tác dụng tại chỗ nên không gây nguy hiểm như hóa trị. Nhưng thực chất chất tác hại của nó cũng không thua kém gì so với hóa trị.

Khi dùng xạ trị để tiêu diệt trực tiếp khối u nhưng nó sẽ đốt cháy mọi thứ trên đường đi của nó. Triệu

chứng đau đầu tức ngực, buồn nôn, khó thở là triệu chứng thường gặp ở người đang điều trị bằng xạ trị. Và điều quan trọng là nó đốt cháy, phá hỏng tế bào, sai lệch cấu trúc gen là nguyên nhân gây bệnh ung thư.

Vì thế các chuyên gia cho rằng điều trị xạ trị là nguyên nhân gây ung thư "*thứ cấp*". Nghĩa là "*tái ung thư*" ở tương lai gần. Điều đó lí giải tại sao bác sĩ cho hay "*Nếu điều trị thành công, người bệnh có thể kéo dài sự sống 5năm*".

Khi ung thư quay lại, nó trở nên mạnh mẽ hơn và cơ hội chữa trị của bạn sẽ khó hơn rất nhiều. Bởi các tế bào bị "lỗi" do các bức xạ và hóa chất gây ra nhiều và manh mẽ hơn so với lần đầu ban được chẩn đoán.

Ý kiến của các chuyên gia về tác dụng của hóa trị - xạ trị

Hãy lắng nghe ý kiến của các chuyên gia về ung thư đăng trên các tạp chí hoặc tài liệu về ung thư về hiệu quả, tác hại của phương pháp điều trị chính thống và tham khảo lời khuyên của họ

1. Sau khi phân tích số liệu thống kê ung thư trong nhiều thập kỷ, Tiến sĩ Hardin Jones, trong bài viết trên Viện Ung thư Quốc gia Bethesda, Maryland: *"Nghiên cứu của tôi đã chứng minh một cách thuyết phục rằng chất lượng cuộc sống các bệnh nhân không điều trị ung thư hơn các bệnh nhân điều trị bằng các xử lí gấp bốn lần. Nếu người bệnh ung thư quyết định không làm gì thì cơ hội anh sẽ sống lâu hơn nếu anh thực hiện các phát đồ phẫu thuật, xạ trị, hóa trị".*

"Hãy để tôi nói một cách khác. Mọi người đều có tế bào ung thư. Hệ thống miễn dịch của cơ thể thường xuyên giết chết tế bào ung thư và ngăn chặn sự lây lan của ung thư. Bệnh nhân bị ung thư rõ ràng là có một hệ thống miễn dịch kém. Hóa trị là giảm hệ thống miễn dịch nghĩa là làm giảm khả năng chống lại bệnh ung thư".

2. Giáo sư Charles Mathe, người đã tuyên bố *"Nếu tôi bị ung thư, tôi sẽ không bao giờ đi đến một trung tâm điều trị ung thư tiêu chuẩn. Nạn nhân ung thư sống xa trung tâm ung thư sẽ có một cơ hội"*

3. Tiến sĩ Binzel thì cho biết *"Phẩu thuật, hóa trị, xạ trị không thể ngăn chặn sự lây lan của ung thư. Chỉ có hệ thống miễn dịch mới có thể ngăn chặn sự lây lan của khối u".*

Vậy thì biện pháp chữa trị bệnh ung thư không phải là tìm cách tiêu diệt tế bào ung thư mà tìm cách nâng cao hệ thống miễn dịch để chính hệ thống miễn dịch của bạn tự ngăn cản và chống lại ung thư.

4. Hay ý kiến của Allen Levin, đăng trong bài viết MD UCSF The Healing of Cancer

"Hầu hết các bệnh nhân ung thư ở nước này đều chết do hóa trị. Hóa trị không loại trừ ung thư vú, đại

tràng, phổi. Thực tế này đã được ghi nhận trong hơn một thập kỷ, nhưng các bác sĩ vẫn sử dụng hóa trị đối với các khối u."

5. *"Mặc dù sử dụng rộng rãi trong hóa trị liệu, tỷ lệ tử vong ung thư vú đã không thay đổi trong 70 năm"* - Thomas Dao trong MD NEJM trang 292.

6. Tiến sĩ Ralph Moss là tác giả của quyển sách "The Cancer Industry" (Ngành công nghiệp Ung thư) – đã gây sốc trong giới chính trị ung thư thông thường và thực hành. Phỏng vấn trực tiếp trên chương trình Laurie Lee vào năm 1994, Ralph Moss nói:

"Cuối cùng, không có bằng chứng rằng hóa trị liệu thực sự kéo dài cuộc sống trong đại đa số các trường hợp, đây là lời nói dối tuyệt vời về hóa trị liệu, mà bằng cách nào đó có một mối tương quan giữa thu hẹp lại một khối u và kéo dài tuổi thọ của bệnh nhân"

7. Các nhà khoa học làm việc tại Trung tâm Ung thư McGill đã gửi một bảng câu hỏi cho 118 bác sĩ ung thư phổi để xác định mức độ của tin cậy của các phương pháp điều trị mà các bác sĩ ung thư thực hành. Họ được yêu cầu tưởng tượng rằng nếu họ bị ung thư và đã hỏi nào trong số sáu thử nghiệm hiện tại họ sẽ chọn. Kết quả cho thấy: *"81% sẽ không bằng lòng*

được thử nghiệm ở bất kỳ trường hợp có chứa Cisplatin - một trong những loại thuốc hóa trị liệu thông thường họ đã sử dụng (hiện nay đạt được doanh số bán hàng trên toàn thế giới trong khoảng 110.000.000$/một năm) và 73% nhận thấy rằng tất cả các thử nghiệm trong câu hỏi là không chấp nhận được do sự không hiệu quả của hóa trị và mức độ độc tính quá cao của nó".

8. Trên tạp chí Y Khoa Anh – The Lancet đã báo cáo cuộc nghiên cứu so sánh bệnh nhân ung thư: (1) chỉ một hóa trị (2) nhiều hóa trị (3) không điều trị gì cả. Kết quả đã chứng minh (3) không điều trị gì cả có cuộc sống tốt hơn và kéo dài hơn người điều trị.

9. *"Hóa trị là thiếu khoa học"*: Một nhà dịch tễ học của Đức từ trung tâm Ung thư Clinic Heidelberg / Mannheim, Tiến sĩ Ulrich Abel trên hàng nghìn bài nghiên cứu và báo cáo đã khẳng định: *"không chắc rằng bất cứ ai trên thế giới hiểu biết về hóa trị nhiều hơn ông".*

Ông cho biết thấy rằng: *"Tỷ lệ thành công trên toàn thế giới nói chung của hóa trị là "kinh khủng". Vì không chỉ đơn giản là không có bằng chứng khoa học".* Abel nhấn mạnh rằng: *"Hóa trị hiếm khi có thể cải thiện chất lượng cuộc sống. Ông mô tả hóa trị là "một vùng đất hoang khoa học" và nói rằng ít nhất 80% hóa*

trị liệu được quản lý trên toàn thế giới là vô giá trị. Các bác sĩ cũng không sẵn sàng từ bỏ hóa trị liệu mặc dù có không có bằng chứng khoa học cho rằng nó hoạt động đối với bệnh nhân ung thư!"

10. Tiến sĩ Lorraine Day, tác giả của "Cancer doesn't Scare Me Anymore" (Ung thư không làm cho tôi sợ hơn nữa).

"Hệ thống miễn dịch của bạn là yếu tố quan trọng trong cuộc chiến chống ung thư. Tại sao bạn lại tiêu diệt nó?" Tiến sĩ đã lí giải về tác dụng của hóa trị xạ trị *"Nhiều người chết vì ung thư nhưng KHÔNG THỰC SỰ chết vì ung thư. Họ chết vì không thể chống lại tác dụng phụ của các triệu chứng của điều trị, cụ thể là thông qua hóa trị, xạ trị"*.

Trong bài phỏng vấn của Tiến sĩ Lorraine Day trên ITV: Khi được hỏi *"Tại sao nó độc hại vậy mà các bác sĩ còn thực hiện trên các bệnh nhân"*. Tiến sĩ Lorraine Day *"Vì họ không biết có bất cứ điều gì khác để làm. Họ cố gắng làm giảm khối u hoặc phá hủy khối u. Trong nhiều trường hợp, họ làm điều đó. Nhưng nó phá hủy khối u, nó phá hủy luôn hệ thống miễn dịch của bạn"*.

Hãy nhìn, quan sát những người đã từng bị ung thư, chất lượng sống của họ có tốt không, tỉ lệ kéo dài

sự sống của họ kéo dài bao lâu nếu điều trị bằng phương pháp chữa ung thư chính thống. Hãy tìm hiểu các phương pháp chữa bệnh ung thư tự nhiên để có sự lựa chọn thông minh nhất mong cứu được cuộc sống của bạn.

11. Một sự thừa nhận tuyệt vời được thực hiện trên một trang web được hỗ trợ bởi Viện Ung thư Quốc gia Hoa Kỳ. Các trang web nói rõ:

Khi dùng liều rất cao của hóa trị liệu được sử dụng để tiêu diệt tế bào ung thư, các liều cao có thể phá hủy các mô tạo máu trong xương (tủy xương). Nếu liều lượng rất cao của hóa trị liệu là cần thiết để điều trị các bệnh ung thư, tủy xương có thể được lấy từ xương trước khi điều trị và đông lạnh cho đến khi nó là cần thiết. Sau hóa trị, tủy xương được đưa trở lại thông qua một mũi kim vào tĩnh mạch. Điều này được gọi là tủy xương tự thân tái truyền.

Phương pháp Xạ trị sử dụng tia X hoặc tia năng lượng cao khác để giết tế bào ung thư và thu nhỏ các khối u. Sau vài năm, một số bệnh nhân phát triển một hình thức khác của bệnh ung thư là kết quả của điều trị bằng hóa trị và xạ trị. Các thử nghiệm lâm sàng đang được tiến hành để xác định liều lượng thấp của hóa trị và xạ trị có thể được sử dụng.

Cơ thể con người
là một cổ máy kỳ diệu nhất

Tôi đọc đâu đó một câu nói "*Cơ thể bạn là một cổ máy kỳ diệu. Chỉ cần bạn cho nó cơ hội, nó sẽ giúp bạn chữa lành mọi bệnh tật*"

Chính xác là cơ thể con người là cổ máy kỳ diệu nhất mà tạo hóa ban tặng. Nó có thể giúp ta ngăn ngừa và chữa lành mọi bệnh tật.

Hãy xét hoạt động của một số cơ quan chức năng:

Đầu tiên chúng ta xét tới quả tim. Bạn thử tưởng tượng quả tim của chúng ta phải làm việc suốt 70-80 năm trời nhưng không một giây phút ngừng nghỉ. Nó

vừa có chức vụ bơm đều đặn để đẩy máu theo các động mạch và đem dưỡng khí và các chất dinh dưỡng đến toàn bộ cơ thể, đồng thời loại bỏ các chất thải trong quá trình trao đổi chất.

Chúng ta có hai quả thận kỳ diệu. Mỗi quả thận bao gồm một triệu đơn vị lọc máu gọi là nephron. Thận có thể thanh lọc được 120-150 lít máu mỗi ngày và tạo ra khoảng 2 lít nước tiểu.

Còn quả gan... gan giữ nhiều chức năng quan trọng trong cơ thể. Đầu tiên là chức năng thải độc. Hằng ngày có biết bao nhiêu độc tố xâm nhập vào cơ thể của chúng ta qua đường ăn uống và hít thở, nếu gan không có công năng giải độc, có lẽ ta sẽ không thể sống quá 1 năm. Kế đến gan có chức năng lưu trữ, tổng hợp và chuyển hóa chất cho cơ thể. Những thực phẩm ta ăn hàng ngày là dưới dạng năng lượng thô. Khi vô cơ thể, gan sẽ giúp tổng hợp và chuyển hóa phần thức ăn trên thành các vi chất (vitamin, axit, protein...) đưa vào máu và đi đến khắp nơi nuôi cơ thể.

Rồi đến các cơ quan phòng thủ (hệ thống miễn dịch). Hằng ngày, thông qua công việc, giao tiếp, môi trường... chúng ta tiếp xúc biết bao nhiêu loại vi khuẩn gây hại xâm nhập nhập vào cơ thể. Nếu không

có hệ thống an ninh phòng thủ vững chắc của cơ thể, chúng ta sẽ không thể sống nổi đến tuổi trưởng thành.

Bạn thử hình dung, khi bạn ăn, bạn cho vào cơ thể hỗn hợp nào cơm, nào rau quả, nào thịt cá... thế nhưng hệ thống tiêu hóa của cơ thể đã giúp chuyển hóa thức ăn hỗn tạp thành các vi lượng và phân bố chúng đi khắp nơi trong cơ thể. Bạn có thể tìm đâu được một cổ máy trong thực tế có nhiều chức năng có thể phân chia và chuyển hóa được như vậy.

Lấy một ví dụ tiếp theo về một phụ nữ mang thai. Khi trứng bắt đầu thụ thai. Ban đầu chỉ là một quả trứng nhỏ xíu kết hợp với chú tinh trùng. Nhưng sau thời gian, các bộ phận tay chân, mắt mũi, cơ quan nội tạng... được tạo thành để dần dần hoàn thiện thành một cơ thể người. Rồi sau 9 tháng 10 ngày, cơ thể tự động đẩy đứa bé ra. Bạn có muốn giữ đứa bé lâu hơn trong bụng cũng không thể. Rõ ràng không có một chiếc máy nào có chức năng kỳ diệu như cơ thể con người.

Cũng như vậy, khi bạn có tế bào ung thư hay khối u, hàng ngàn tế bào miễn dịch trong cơ thể bạn luôn cố gắng bảo vệ cơ thể bạn. Chúng xuất hiện để tiêu diệt và loại bỏ chúng ra khỏi cơ thể. Thế nhưng bạn vẫn mắc ung thư là do hệ miễn dịch của bạn không đủ

mạnh, chúng không đủ sức để thanh trừ và tiêu diệt những tế bào nên để chúng phát triển thành ung thư.

Cơ thể bạn có đến 60 nghìn tỉ tế bào với gần 20 nghìn tỉ tế bào trong hệ thống miễn dịch thì so với một khối u bé nhỏ sẽ không là gì hết.

Vậy điều cần làm là không phải bạn nạp một đống hóa chất "chết người" vào cơ thể để mong tiêu diệt tế bào ung thư. Mà điều cần làm là bạn hãy cố gắng làm tăng sức mạnh của hệ miễn dịch, tăng sức mạnh của các tế bào vốn suy yếu, tái tạo lại cơ thể để nó thực hiện đúng chức năng của nó.

"Bạn hãy tin tưởng cơ thể của bạn, hãy tin vào sức mạnh của tạo hóa, tin tưởng vào cổ máy kỳ diệu. Chỉ cần cho nó cơ hội, nó sẽ giúp bạn chữa lành mọi bệnh tật".

BẢNG SO SÁNH
giữa dùng hóa trị xạ trị và điều trị tự nhiên

Nhóm các nhà nghiên cứu về ung thư đã dành hơn 30 năm khảo sát các bệnh nhân thất bại hoặc chiến thắng trong điều trị bởi phương pháp chính thống và điều trị tự nhiên.

Hóa trị và xạ	Điều trị thay thế
Giết chết các tế bào bình thường nhiều hơn so với các tế bào ung thư	Tất cả các phương pháp điều trị thay thế có chọn lọc diệt các tế bào ung thư, hoặc trực tiếp hoặc gián tiếp, và không gây hại cho các tế bào bình thường.

Làm tổn thương nặng hệ thống miễn dịch	Hầu hết các phương pháp điều trị thay thế được thiết kế để xây dựng hệ thống miễn dịch, không gây thiệt hại đến các hệ thống miễn dịch bởi điều trị thay thế.
Có thể phá hủy các cơ quan quan trọng như gan, tim, thận, vv... và cuối cùng là dẫn tới cái chết không phải do ung thư.	Không làm hỏng bất kỳ bộ phận quan trọng nào. Trên thực tế có nhiều khả năng để củng cố lại chức năng hoạt động của các cơ quan.
Người chết vì suy dinh dưỡng, vì vượt quá giới hạn gây ra bởi hóa trị và xạ trị	Điều trị thay thế không làm thiệt hại các hệ thống tiêu hóa. Không có điều trị thay thế nào làm cho bạn rất ốm bạn không muốn ăn hoặc không thể giữ thức ăn xuống. Hầu hết các phương pháp điều trị thay thế chứa các thực phẩm dinh dưỡng cao độc quyền.

Người chết do các bệnh truyền nhiễm gây ra bởi một hệ thống miễn dịch bị suy yếu	Phương pháp điều trị thay thế hầu hết được thiết kế để xây dựng hệ thống miễn dịch, do đó bảo vệ chống lại các bệnh truyền nhiễm.
Hoá trị liệu là rất nguy hiểm và không hiệu quả nó đòi hỏi phẫu thuật để cắt bỏ các phần của cơ thể với số lượng dày đặc của các tế bào ung thư để đưa một người vào "thuyên giảm"	Phương pháp điều trị thay thế không phụ thuộc vào phẫu thuật bởi vì họ có thể đối xử với cả nồng độ dày đặc của các tế bào ung thư và nồng độ nhẹ hơn của các tế bào ung thư
Hoàn toàn không có bằng chứng khoa học phương pháp điều trị chính thống kéo dài cuộc sống của bệnh nhân, so với không điều trị ở tất cả (đối với đại đa số các loại ung thư)	Có bằng chứng khoa học phương pháp điều trị thay thế kéo dài cuộc sống của bệnh nhân, thậm chí đến mức mở rộng cuộc sống của người bệnh điều trị bằng y học chính thống gửi về nhà để chờ chết.

Y học chính thống có chứa một lượng lớn các thuật ngữ lừa đảo, so sánh lừa đảo và thống kê lừa đảo và có một lịch sử lâu dài của đàn áp sự thật về thuốc thay thế.	Không cần phải là lừa đảo, cũng không phải để ngăn chặn sự thật về y học chính thống, trong thực tế, có nhiều người biết về y học chính thống, thì tốt hơn là để thay thế thuốc.
Có thể làm thiệt hại đáng kể cho DNA là nguyên nhân gây tái phát ung thư	Phương pháp điều trị thay thế không làm thiệt hại cho DNA. Trong thực tế, một số phương pháp điều trị bảo vệ DNA của bệnh nhân do tính chất chống oxy hóa
Bệnh nhân đau đớn, vật vả và một loạt các tác dụng phụ khác. Vì vậy mà nhiều người bỏ điều trị bằng hóa trị và thà chết còn hơn.	Không gây đau đớn. Nếu ung thư được điều trị bằng y học chính thống gây đau đớn và bệnh tật điều trị thay thế thường xuyên làm giảm đau và bệnh tật trong vòng vài ngày hoặc vài tuần.

Nếu bệnh nhân điều trị chính thống được thuyên giảm. Thì sau đó có khả năng tái phát rất cao. Sau đó họ chết vì ung thư hoặc vì tác dụng phụ của điều trị.	Bệnh nhân điều trị thay thế đã đi vào thuyên giảm do hệ thống miễn dịch của họ được xây dựng lại. Tế bào ung thư bị điều chỉnh hoặc bị giết. Do đó làm giảm khả năng tái phát.
Phương pháp điều trị chính thống làm việc tốt hơn cho bệnh ung thư giai đoạn đầu. Và tác dụng có hiệu quả rất thấp khi điều trị bệnh ung thư giai đoạn cuối đã di căn	Trừ khi bệnh nhân ung thư đã hóa trị hoặc xạ trị bị phá hủy một hoặc quan trọng hơn các cơ quan, một số phương pháp điều trị thay thế làm việc gần như tốt như nhau cho dù cả ung thư được phát hiện ở giai đoạn đầu hoặc trong một giai đoạn muộn.

Chương 3

PHƯƠNG PHÁP CHỮA UNG THƯ THAY THẾ

Mỗi người đều có tế bào ung thư trong cơ thể của họ. Hầu hết mọi người thậm chí không biết họ có các tế bào ung thư do hệ thống miễn dịch của họ bảo vệ họ một cách an toàn và dễ dàng giết chết tế bào ung thư khi chúng vừa hình thành. Trong thực tế, nếu có một sự cân bằng giữa số lượng các tế bào ung thư mới trong cơ thể của họ, và sức mạnh của hệ thống miễn dịch của họ đủ mạnh, họ sẽ không bao giờ "bị ung thư", nghĩa là các tế bào ung thư sẽ không bao giờ phát triển mất kiểm soát. Hoặc nếu có thì tế bào ung thư cũng khó có cơ hội phát triển mà luôn bị kiểm soát.

Ung thư là do mất cân bằng giữa số lượng các tế bào ung thư trong cơ thể và sức mạnh của hệ thống miễn dịch. Hoặc có nhiều tế bào ung thư hơn hoặc hệ miễn dịch quá yếu, hoặc cả hai sự mất cân bằng này cho phép các tế bào ung thư lan rộng đủ để gây ung thư.

Phương pháp điều trị ung thư tự nhiên, còn được gọi là "*phương pháp điều trị ung thư thay thế*". Khác hẳn với phương pháp truyền thống như phẩu thuật, hóa trị, xạ trị đi triệt tiêu khối u, chỉ giải quyết triệu chứng của bệnh và phá hỏng hệ miễn dịch thì các phương pháp thay thế giúp *"giải quyết nguyên nhân, đảo ngược lại nguyên nhân gây bệnh, xây dựng lại hệ miễn dịch và tái lập lại cơ thể"*.

Nếu như với phương pháp điều trị chính thống làm sức khỏe con người bị tổn hại nhiều, giảm hệ thống miễn dịch, đẩy người bệnh có thêm nhiều bệnh mãn tính khác suy tim, suy thận,... thì phương pháp tự nhiên sẽ khôi phục lại hệ miễn dịch, không gây ra những tổn hại cho sức khỏe, ngược lại còn giúp cơ thể phục hồi những chức năng vốn suy yếu của cơ thể.

Phương pháp chữa ung thư tự nhiên làm ba việc:

1. *Thực hiện một cách an toàn để loại bỏ các tế bào ung thư bằng cách nhẹ nhàng giết chết các tế bào ung thư.*
2. *Làm tăng cường hệ thống miễn dịch.*
3. *Sửa chữa những "địa hình bên trong" của cơ thể để làm cho cơ thể đối kháng với các tế bào ung thư.*

Khi nhiệm vụ hoàn thành, con người đã khôi phục lại mức cân bằng và họ được *"chữa khỏi"* bệnh ung thư của họ.

Người MẸ của THIÊN NHIÊN rất tuyệt vời. Người đã tạo ra rất nhiều cách để "*giúp con người có thể tự phục hồi và chiến thắng căn bệnh ung thư*". Hiện nay, theo thống kê của các chuyên gia về ung thư, người Mẹ Thiên nhiên đã tạo ra hơn 400 phương pháp điều trị ung thư thay thế trên hành tinh này.

Đó là lý do tại sao hiện nay có nhiều người không sợ hãi bệnh ung thư. Họ biết chính xác phải làm gì nếu họ bị ung thư. Chẳng hạn, tiến sĩ Lorraine Day "*Ung thư không còn làm tôi sợ nữa*", Tiến sĩ Kelley "*Nếu ung thư quay lại với tôi lần nữa, tôi sẽ biết cách thoát khỏi chúng*".

Vì vậy, khi được chẩn đoán mình mắc bệnh ung thư, bạn hãy khoan vội tin vào lời bác sĩ. "*Rằng bạn phải phẫu thuật, phải hóa trị để ngăn chặn sự phát tán của ung thư.*"

Bạn hãy dành thời gian tìm hiểu đã. Thông qua cuốn sách này, bạn sẽ được giới một số trong rất nhiều phương pháp điều trị thay thế để bạn chọn lựa. Và hiện nay, với nhiều kênh thông tin khác nhau, bạn có thể tự tìm kiếm. Chẳng hạn, thông qua internet, bạn hoàn toàn có thể tìm kiếm được rất nhiều phương pháp giúp chữa ung thư tự nhiên, và bạn sẽ đọc được nhiều câu chuyện chứng thực từ những người bệnh sống sót trở về sau căn bệnh ung thư.

Cuộc chiến trong nền công nghiệp ung thư

Hẳn là bạn đang tự hỏi là tại sao có rất nhiều phương pháp như vậy nhưng tại sao nó không được phổ biến. Nó không được giới thiệu trong giới truyền thông.

Chính xác là nhiều phương pháp đã tồn tại gần 10 thập kỷ qua. Nhưng nó không được công nhận bởi các tổ chức như WHO, FDA,... Lí do là các phương pháp thay thế không sử dụng thuốc, không dùng hóa trị, xạ trị. Họ chỉ dùng những gì từ thiên nhiên, từ các thực phẩm bổ sung, từ các loại thảo mộc. Và vì thế nó không được công nhận là khoa học.

Lấy một ví dụ điển hình, từ phương pháp của Tiến sĩ William D.Kelley. Ông đã chữa trị cho hơn 33.000 bệnh nhân ung thư với hiệu quả 90% và chỉ có 10% bệnh nhân của ông chết trong vòng 5 năm. Tỉ lệ chữa khỏi của ông được đánh giá rất cao. Thế nhưng Hiệp hội Y khoa Hoa kỳ đã tìm cách để Tiến sĩ Kelley tống vào tù.

Lí do đơn giản, Tiến sĩ Kelley đã không sử dụng hóa trị, xạ trị và phẫu thuật. Phương pháp điều trị của ông là không đủ mang lại lợi nhuận cho các Hiệp hội Y khoa Hoa Kỳ và các ngành công nghiệp dược phẩm.

Một ví dụ khác, ông Harry đã mở một bệnh viện tư nhân điều trị ung thư tự nhiên ở Mỹ. Bệnh viện của ông đã được đông đảo bệnh nhân đón nhận. Thế nhưng đã rất nhiều lần ông bị bắt vì không có giấy phép hành nghề. Ông không thể có giấy phép bởi lẽ phương pháp chữa bệnh của ông không được công nhận. Có thể nói Harry là người bị bắt nhiều nhất trong lịch sử y học. Nhiều lần bệnh nhân của ông, để cứu sống ông, họ tụ tập rất đông trước nhà tù để kêu gọi ủng hộ ông.

Những người thực hiện các phương pháp tự nhiên sẽ không có nhiều kinh phí để chi cho quảng cáo, cho

các phương tiện thông tin nên phương pháp của họ ít được người ta biết đến.

Nếu thống kê, sẽ có rất nhiều cuộc chiến của những người theo phương pháp thay thế với nền y học chính thống. *"Nó là không chỉ là một cuộc chiến khoa học. Chính xác nó là một cuộc chiến chính trị"*. Trong phạm vi cuốn sách này, tôi xin phép không dẫn chứng cụ thể. Nếu bạn quan tâm, bạn có thể tham khảo ở các trang web về hội bảo trợ ung thư được nêu ở phần phụ lục cuối sách.

Quan niệm mới về phương pháp chữa ung thư

Cuộc tranh cãi trong nền y học về phương pháp thay thế và điều trị chính thống đã tồn tại từ rất nhiều thập kỷ. Tuy nhiên sẽ đến lúc nền y học chính thống phải thừa nhận những lợi ích của phương pháp thay thế và thay đổi quan niệm về phương pháp điều trị của mình.

Một trong những bệnh viện nổi tiếng nhất trên thế giới thay đổi quan điểm của mình về bệnh ung thư. Bệnh viện Johns Hopkins là một bệnh viện trường đại học nằm ở Baltimore, Maryland ở Hoa Kỳ. Được thành lập nhờ tài trợ từ John Hopkins, ngày hôm nay nó là một trong những bệnh viện nổi tiếng nhất trên

thế giới và năm thứ 17 liên tiếp được phân loại ở vị trí đầu tiên trong bảng xếp hạng của các bệnh viện tốt nhất tại Hoa Kỳ.

Sau nhiều năm nói với mọi người hóa trị liệu là cách duy nhất để điều trị và loại bỏ ung thư, Bệnh viện Johns Hopkins đã bắt đầu nói với mọi người rằng có những lựa chọn thay thế khác với hóa trị liệu. Một cách hiệu quả để chống lại ung thư là không nuôi các tế bào ung thư với các chất dinh dưỡng cần thiết cho nó để nó không phát triển được.

Trong một tài liệu từ bài dịch của Xuân Phong từ bản tiếng Pháp. Từ bài liệu thảo luận của CFQ (Cercle Francophone à Quinhon) ngày 21/3/2013, về quan niệm chữa ung thư, xin được trích nguyên văn bản dịch:

1. *Mỗi người đều có tế bào ung thư trong cơ thể. Các tế bào ung thư này không hiển thị trong các thử nghiệm tiêu chuẩn cho đến khi chúng nhân bội ra thành vài tỷ. Khi bác sĩ nói với bệnh nhân ung thư là không còn tế bào ung thư trong cơ thể của họ sau khi điều trị, điều này chỉ có nghĩa là các thử nghiệm không phát hiện ra các tế bào ung thư bởi vì chúng không đạt được kích cỡ đủ lớn để phát hiện được.*

2. *Các tế bào ung thư xuất hiện từ 6 đến hơn 10 lần trong suốt cuộc đời của một người.*

3. *Khi hệ thống miễn dịch của một người mạnh thì các tế bào ung thư sẽ bị hủy diệt và bị ngăn cản không cho nhân bội và hình thành khối u..*

4. *Khi một người mắc bệnh ung thư có nghĩa là người đó bị suy dinh dưỡng đa bội . Đây có thể là do di truyền, môi trường, thực phẩm, môi trường và các yếu tố lối sống.*

5. *Để khắc phục tình trạng suy dinh dưỡng đa bội , thay đổi chế độ ăn uống kể cả dùng thêm thuốc bổ sung sẽ tăng cường hệ thống miễn dịch.*

6. *Hóa học trị liệu "đầu độc" các tế bào ung thư tăng trưởng nhanh nhưng cũng tiêu hủy luôn cả các tế bào khỏe mạnh tăng trưởng nhanh trong tủy xương, hệ dạ dày-ruột vv.., và có thể gây tổn thương cho các bộ phận như gan, thận, tim, phổi, vv…*

7. *Trong quá trình tiêu diệt tế bào ung thư , các tia bức xạ cũng có thể đốt cháy, gây sẹo , làm tổn thương các tế bào lành mạnh, các mô tế bào và các bộ phận trong cơ thể.*

8. *Lúc khởi thủy, hóa trị liệu và bức xạ thường làm giảm kích thước khối u. Tuy nhiên sử dụng lâu dài ,*

hóa trị liệu và bức xạ sẽ không phá hủy khối u được hơn nữa

9. *Khi cơ thể có quá nhiều độc hại từ hóa trị liệu và bức xạ thì hệ thống miễn dịch bị tổn thương hoặc tiêu hủy, vì vậy cơ thể sẽ không thể chống đỡ nổi các loại bệnh nhiễm khuẩn và biến chứng.*

10. *Hóa trị liệu và bức xạ có thể làm các tế bào ung thư đột biến và trở nên đề kháng và khó tiêu diệt. Phẫu thuật cũng có thể làm cho các tế bào ung thư di căn đến các nơi khác trong cơ thể.*

11. *Một cách hiệu quả để chống lại ung thư là bỏ đói các tế bào ung thư bằng cách không cung cấp cho chúng những "thức ăn" chúng cần để có thể sinh sôi nảy nở.*

———————————————————————

Các tế bào ung thư sống bằng gì?

a. Đường là chất nuôi dưỡng ung thư – Cắt bỏ đường là cắt đứt một nguồn cung cấp lương thực quan trọng cho các tế bào ung thư. Các chất thay thế đường như NutraSweet, Equal, Spoonful, vv được làm bằng aspartame và đều độc hại. Chất thiên nhiên thay thế đường tốt nhất là mật ong Manuka và mật miá nhưng chỉ với số lượng rất nhỏ.

Muối ăn cũng có chất hóa học để làm cho nó có màu trắng. Chất thay thế tốt là amino Bragg và muối biển.

b. Sữa khiến cơ thể tiết ra niêm dịch, đặc biệt là ở vùng dạ dày và ruột. Tế bào ung thư sống nhờ vào niêm dịch này. Nếu loại bỏ sữa và có thể thay thế bằng sữa đậu nành không đường thì các tế bào ung thư sẽ chết đói

c. Các tế bào ung thư phát triển mạnh trong môi trường acid. Một chế độ ăn uống dựa trên thịt có tính acid,vì vậy tốt nhất là nên ăn cá và chút ít thịt gà hơn là ăn thịt bò hoặc thịt heo. Thịt cũng chứa kháng sinh dành cho gia súc, hormon tăng trưởng và ký sinh trùng; tất cả đều có hại, đặc biệt là đối với những người bị ung thư.

d. Một chế độ ăn uống gồm 80% rau tươi và nước trái cây, ngũ cốc nguyên hạt, hạt giống , các loại hạt và một ít trái cây sẽ đưa cơ thể vào một môi trường kiềm. Khoảng 20% có thể là thức ăn nấu chín, bao gồm đậu.

Nước rau tươi cung cấp những enzyme sống, được dễ dàng hấp thụ và chuyển tới các tế bào trong vòng 15 phút để nuôi dưỡng và thúc đẩy các tế bào lành mạnh tăng trưởng. Muốn có các enzyme sống để tạo

dựng các tế bào lành mạnh, bạn hãy thử uống nước ép rau tươi (hầu hết đủ loại rau kể cà giá đỗ) và ăn rau sống 2 hoặc 3 lần một ngày.Các enzyme bị hủy diệt ở nhiệt độ 104 độ F (40 độ C).

e. Tránh cà phê, trà và sô cô la vì chứa nhiều caffeine. Trà xanh là một lựa chọn tốt hơn và có đặc tính chống ung thư. Về nước – tốt nhất là uống nước tinh khiết, hay nước lọc, để tránh các độc tố và các kim loại nặng có trong nước máy. Nước cất có tính acid, vì vậy đừng nên uống

———————————————————————

12. *Protein trong thịt khó tiêu hóa và đòi hỏi rất nhiều enzyme tiêu hóa. Thịt không tiêu hóa nằm nguyên trong ruột sẽ thối rữa và dẫn đến sự tích tụ nhiều chất độc hơn.*

13. *Thành các tế bào ung thư có lớp bọc protein cứng. Nếu bạn kiềm chế hoặc ăn ít thịt đi, cơ thể sẽ giải tỏa được nhiều enzim hơn để tấn công lớp bọc protein của các tế bào ung thư và giúp các tế bào "sát thủ" của cơ thể tiêu diệt các tế bào ung thư này.*

14. *Một số thuốc bổ sung xây dựng hệ thống miễn dịch (ip6, Flor-ssence, Essiac, các chất chống oxy hóa, các vitamin, các khoáng chất, các EFA...) để giúp*

các tế bào sát thủ của cơ thể tiêu diệt các tế bào ung thư. Các thuốc bổ sung khác như vitamin E được biết là gây ra sự chết chương trình hóa của tế bào [apoptosis] Đây là phương cách bình thường của cơ thể để loại bỏ các tế bào hư hại, không mong muốn, hay không cần thiết.

15. *Ung thư là một căn bệnh về tâm trí , thể xác và tinh thần. Một tinh thần chủ động và tích cực sẽ giúp bệnh nhân ung thư tranh thủ để sống sót.*
Giận dữ, chấp nhất và cay đắng khiến cơ thể bị căng thẳng và rơi vào môi trường acit. Cần rèn luyện một tinh thần yêu thương và khoan dung. Cần học cách thư giãn và yêu đời.

16. *Các tế bào ung thư không thể phát triển mạnh trong một môi trường oxy hóa. Tập thể dục hàng ngày và hít thở sâu giúp đưa nhiều oxy hơn xuống đến cấp độ tế bào. Oxy liệu pháp là một phương cách khác để tiêu diệt các tế bào ung thư.*

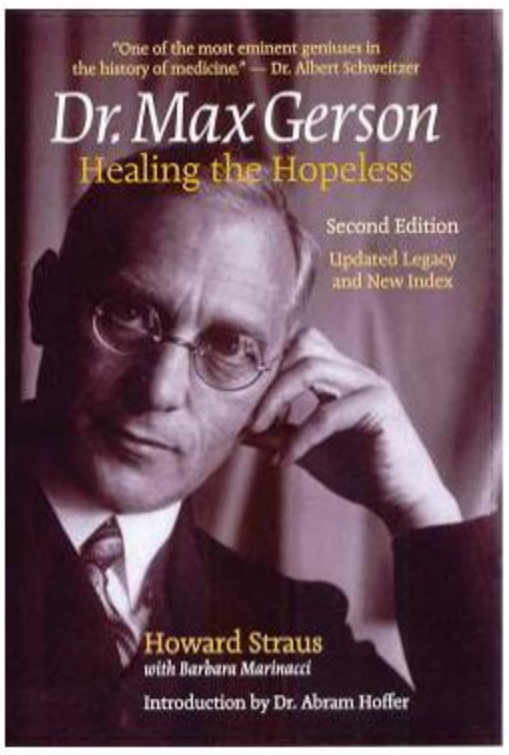
Chương 4

MỘT SỐ PHƯƠNG PHÁP TRỊ LIỆU UNG THƯ THAY THẾ

Trong giới hạn của cuốn sách, tôi xin tổng hợp và chia sẻ một số phương pháp trị liệu ung thư thay thế hiện nay đang áp dụng tại Việt Nam và trên Thế giới.

Phương pháp trị liệu Gerson

Phương pháp trị liệu Gerson là một chuỗi tổng hợp các chế độ bao gồm chế độ "ăn kiêng" nghiêm ngặt để "giải độc" cho cơ thể và xây dựng lại hệ thống miễn dịch, bổ sung thêm vitamin và khoáng chất bổ sung để giúp đỡ cơ thể trong các quá trình này. Caffe enema (thải độc bằng thụt cafe) là một phần thiết yếu trong liệu pháp điều trị.



Liệu pháp Gerson này được đặt theo tên nhà phát triển, Tiến sĩ Max Gerson, ông là một bác sĩ người Đức di cư đến Hoa Kỳ và bắt đầu một hành nghề y tại thành phố New York vào năm 1938.

Phương pháp trị liệu Gerson được bắt nguồn từ niềm tin rằng ung thư là bệnh của toàn bộ cơ thể, các khối u là chỉ có một triệu chứng của một cơ thể bị bệnh. Gerson coi ung thư là sự tích lũy của nhiều yếu tố gây hại mà kết hợp để gây ra sự suy thoái của toàn bộ hóa hệ thống.

Mục tiêu của trị liệu Gerson là đưa cơ thể trở lại trạng thái trao đổi chất bình thường của nó hoặc là gần tới trạng thái này có thể để giữ cho sự trao đổi chất ở trạng thái cân bằng tự nhiên.

Gerson quan sát thấy rằng các bệnh nhân ung thư biểu hiện rõ rệt thoái hóa cơ quan, đặc biệt là gan, có lẽ là do sự quá tải bởi những thực phẩm không phù hợp đưa vào cơ thể. Ông cũng lưu ý rằng tình hình trở nên tồi tệ hơn sau khi hóa trị, có lẽ bởi vì rất nhiều lượng hóa chất độc hại được đưa vào máu. Chế độ của Gerson tập trung vào việc giúp gan loại bỏ các chất độc hại ra khỏi cơ thể, phục hồi và duy trì chức năng gan khỏe mạnh.

Theo Gerson, trong quá trình giải độc mà kết quả từ chế độ ăn uống Gerson, gan dần dần trở nên giảm sự quá tải do chất độc hình thành do sự phân hủy của các tế bào ung thư. Cà phê thải độc, men tụy chiết

xuất được sử dụng để giúp gan giảm tải với gánh nặng của việc loại bỏ các chất độc hại.

Lịch sử

Max Gerson sinh năm 1881, là bác sĩ người Đức. Ban đầu ông nghiên cứu chế độ ăn uống để chữa chứng đau nữa đầu của mình. Khi thành công, ông áp dụng cho nhiều bệnh nhân mắc chứng đau đầu khác. Thật ngạc nhiên những bệnh nhân mắc chứng đau đầu đã giảm bệnh lao. Ông lại tiếp tục nghiên cứu chế độ dinh dưỡng đối với bệnh lao da. Trong một thử nghiệm lâm sàng theo dõi trên 450 bệnh nhân lao thì đến 446 bệnh nhân thoát khỏi do chế độ ăn uống. Tiếp tục thành công, ông nghiên cứu chế độ dinh dưỡng cho bệnh suy tim, thận và cuối cùng là ung thư.

Năm 1938 ông được giấy phép hành nghề tại bang New York. Và tiếp tục nghiên cứu trị liệu bằng chế độ dinh dưỡng. Tại thời điểm đó, ông không có những bằng chứng thuyết phục rằng ung thư có thể chữa thành công bằng chế độ ăn uống. Tuy nhiên trong 20 năm, bằng sự nỗ lực, ông đã chữa thành công hàng trăm bệnh nhân ung thư sau khi đã điều trị bằng các phương pháp truyền thống thất bại.

Năm 1958, sau 20 năm thử nghiệm chữa trị bệnh ung thư thành công ông đã xuất bản cuốn sách “A

cancer Therapy – Results of fifty Cases" (Trị liệu ung thư và kết quả của 50 trường hợp). Trong cuốn sách này, ông công bố các phát đồ trị liệu của ông cùng 50 kết quả điều trị thành công bao gồm các trường hợp nặng được y học trả về chờ chết.

Phương pháp trị liệu Gerson

Phương pháp của ông bao gồm chế độ ăn uống nghiêm ngặt, bổ sung dinh dưỡng và dùng café enema thường xuyên.

1. Chế độ ăn uống nghiêm ngặt

Chế độ ăn uống nghiêm ngặt bao gồm các loại thực phẩm thuần chay như rau quả, trái cây, hạt và ngũ cốc. Động vật chứa nhiều protein không được cho phép trong trị liệu của ông.

Tiêu thụ lượng rất lớn nước ép trái cây, các loại màu xanh được khuyến khích 13ly/ngày cách nhau 1h. Các loại hoa quả chứa nhiều kali và rất ít Natri. Ông lí luận rằng các loại nước ép từ hoa quả chứa nhiều enzyme và các loại vitamin và khoáng chất cần thiết cho cơ thể.

Phương pháp chế biến thực phẩm cũng được kiểm soát. Cụ thể thực phẩm chỉ được nấu trong chậu gang,

thủy tinh. Không dùng nồi nhôm và dụng cụ kim loại khác. Khi nấu phải đậy nắp kín và ở nhiệt độ nhỏ.

Trong danh mục thực phẩm không được phép có rất nhiều loại bao gồm động vật và các loại thực phẩm đóng gói. Sữa, đậu nành, muối, đường là thực phẩm nghiêm cấm trong chế độ ăn uống của ông.

2. Bổ sung vitamin và khoáng chất

Đi kèm với chế độ ăn uống nghiêm ngặt, ông yêu cầu bổ sung các loại men tụy, potassium iodide, vitamin A, C, B3, B12 và B17. Thay thế dầu hạt lanh cho các loại thông thường.

3. Thải độc

Café enema (hoặc hoa cúc) là thành phần thứ ba trong phương pháp trị liệu. Mục đích của phương pháp này là rửa ruột, thải độc cơ thể bằng cách mỗi ngày 5-6lần dùng café enema truyền trực tiếp từ đường hậu môn. Café được giữ trong 15 phút, các chất caffeine và các thành phần hóa học khác sẽ theo thành ruột và đi tới gan kích thích ống dẫn mật bị tắc để tống chất độc xuống ruột. Bằng cách đó, gan sẽ được trợ giúp để thải độc hiệu quả.

Phương pháp của ông mặc dù được rất nhiều người ủng hộ nhưng vẫn gây tranh cãi trong giới y học tại thời điểm đó.

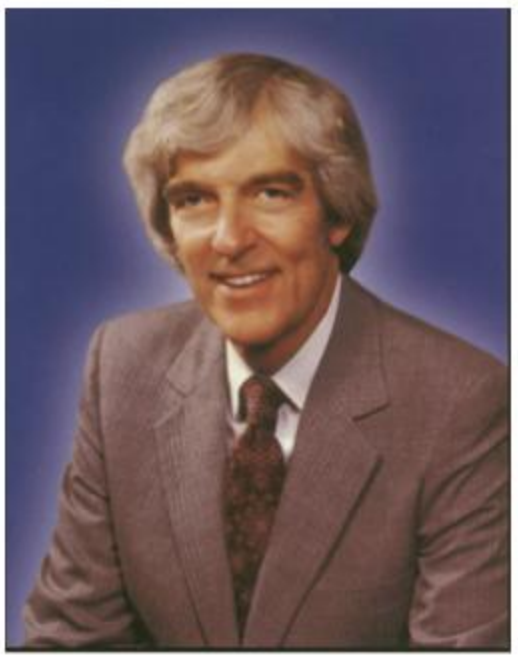
Năm 1959, tiến sĩ Gerson mất để lại đằng sau một hệ thống điều trị không có người dẫn dắt. Mãi đến năm 1977, con gái của ông, Charlotte Gerson Straus, người đã khơi lại tiếp tục duy trì và phổ biến rộng rãi về các liệu pháp Gerson, đồng sáng lập Viện Gerson với ông Norman Fritz Gerson.

Viện Gerson tọa lạc tại San Diego, Hoa Kỳ cùng trung tâm khác tại Mexico như Centro Hospitalario Internacional Pacifico và Trung tâm của Mexico Integrative Medicine và Bệnh viện Gerson (CHIPSA) ở Baja California, Mexico.

Hiện nay, điều hành Viện Gerson là Charlotte Gerson, con gái Gerson, đã 92tuổi cùng con trai là Howard Staus (cháu ngoại ông Max Gerson).

Bạn có thể tìm hiểu về phương pháp trị liệu Gerson thông qua các cuốn sách "*A cancer Therapy – Results of fifty Cases*" (Trị liệu ung thư và kết quả của 50 trường hợp), *"The Gerson Therapy"* (Trị liệu Gerson) hoặc tham quan tại website *www.gerson.com*

Phương pháp trị liệu Kelley



Phương pháp trị liệu Kelley được lấy tên của bác sĩ William Kelley (sinh 1925), là bác sĩ nha khoa. Phương pháp trị liệu Kelley dựa trên một niềm tin rằng *"Thực phẩm sai là nguyên nhân nên các khối u ác tính phát triển, trong khi các loại thực phẩm thích hợp cho phép bảo vệ cơ thể một cách tự nhiên để chống lại khối u. Đó là lí do tại sao một người có thể sống dài lâu với căn bệnh ung thư trong khi có vô số người không thể chóng đỡ nỗi".*

Phương pháp Kelley này dựa trên phương pháp của Gerson nhưng có vài thay đổi và bổ sung để mang hiệu quả cao hơn và có phần dễ thực hiện hơn.

Lịch sử

Phương pháp Kelley bắt nguồn từ việc ông áp dụng để chữa căn bệnh ung thư của ông. Năm 1964 ông được phát hiện bị ung thư tuyến tụy đã di căn. Đây là dạng ung thư rất nguy hiểm. Bác sĩ chẩn đoán anh chỉ sống thêm vài tuần nữa. Chẳng còn gì để mất nên ông quyết định tự chữa cho mình bằng chế độ dinh dưỡng và thay đổi lối sống. Bằng sự nỗ lực, ông đã chữa khỏi bệnh ung thư của mình.

Ông chia sẻ trên web của ông: *"Tôi thành thật có thể nói rằng tôi đã chữa khỏi hoặc chữa lành ung thư (ác tính) của bản thân mình và tôi có thể chữa khỏi bản thân mình một lần nữa nếu bệnh ung thư quay trở lại"*

Sau khi chữa khỏi bệnh ung thư thành công, ông mày mò nghiên cứu và đã chữa khỏi hàng chục ngàn bệnh nhân khác. Bác sĩ Gonzaleze – Đại học Cornell (Cornell University of Medical School) đã tiến hành theo dõi các bệnh nhân khi áp dụng phương pháp Kelley trong 5 năm đã kết luận: "*Chế độ ăn uống và lối sống đem lại những kết quả lâu dài và đáng kinh ngạc*

cho các bệnh nhân bị ung thư mọi giai đoạn". Tỉ lệ chữa bệnh ung thư của Kelley thành công lên đến 83% - 90%.

Ông cho rằng: nguyên nhân chính của ung thư là do cơ thể không có khả năng hấp thụ và tiêu hóa chất đạm (protein). Khi chế độ ăn quá nhiều chất đạm, tụy sẽ không còn khả năng để sản xuất đủ các enzyme giúp cho chúng ta tiêu hóa.

Ông lý luận rằng, các loại enzyme do tụy sản xuất ra (đặc biệt là enzyme giúp cơ thể tiêu hóa đạm), quan trọng hàng đầu trong việc phòng và chữa ung thư.

Ông cho rằng các loại enzyme này theo máu đi khắp cơ thể, tiêu hủy lớp đạm đặc biệt bảo vệ tế bào ung thư, giúp cho hệ thống miễn dịch của cơ thể tiệu diệt chúng.

Phương pháp chữa của ông bao gồm:

1. Bổ sung liều rất cao các loại men tụy (pancreatic enzymes), cùng với các loại thực phẩm chức năng bổ sung dinh dưỡng.
2. Chế độ ăn uống nghiêm ngặt
3. Thải độc bằng café enema (thụt café)
4. Cải thiện đời sống tinh thần
5. Châm cứu và bấm huyệt

Chúng ta sẽ đi vào từng phần trong phương pháp chữa bệnh của Kelley.

1. Bổ sung liếu cao các loại men tụy (pancreatic enzymes):

- Bệnh nhân phải uống quãng 30-40 viên enzymes tụy, cùng với các loại vitamin, khoáng chất và thực phẩm chức năng khác (tổng cộng 150-200 viên/ngày)

2. Chế độ dinh dưỡng:

- Chế độ ăn tốt nhất là không ăn bất cứ loại sản phẩm động vật nào (không thịt, cá, trứng sữa…). Ăn nhiều các loại gạo nguyên cám, rau củ sống cà rốt, su hào, rau có lá…). Với các loại rau buộc phải nấu, chỉ nên hấp sơ rồi ăn, không nấu kỹ. Ăn nhiều hoa quả tươi, các loại hạt (hạt đậu -nấu chín), hạt dưa, hạt bí, vừng (đen, trắng) - ăn sống. Ăn nhiều dầu oliu (loại extra virgin), và chỉ dùng để trộn sống, tuyệt đối không dùng dầu để chiên, rán hoặc xào. Trong thời gian chữa bệnh, không nên ăn các loại dầu thực vật khác.

- Nếu các bệnh nhân không thể tuân thủ chế độ ăn như trên, có thể ăn thêm các sản phẩm sữa ít béo (sữa chua, fomai). Lưu ý luôn phải chọn các loại không có hoặc có rất ít chất béo, ăn rất vừa phải, chủ yếu bổ

sung các loại đạm này vào các bữa ăn sáng. Tuyệt đối không ăn đạm động vật như thịt bò, thịt heo... Có thể ăn cá hoặc ăn một quả trứng một tuần một lần.

3. Thải độc bằng cafe:

- Tế bào ung thư chết thải ra phải được đưa ra khỏi cơ thế càng nhanh càng tốt. Do vậy, định kỳ, bệnh nhân sẽ dừng thuốc vài ngày để cơ thể kịp thải độc ra. Kelley cũng khuyên bệnh nhân thực hiện chế độ rửa ruột bằng café (coffee enema) ít nhất 1 lần/ngày.

4. Cải thiện đời sống tinh thần:

Kelley coi việc cải thiện cuộc sống tinh thần giữ vai trò rất quan trọng trong việc chữa ung thư. Ông khuyến khích bệnh nhân chấp nhận thực tế là mình bị bệnh, và tin tưởng là với quyết tâm cao, bệnh có thể được chữa khỏi hoàn toàn. Họ cũng được khuyến khích hướng tới cuộc sống nội tâm, hạn chế tối đa những suy nghĩ và hành vi tiêu cực.

Ông thường nói với bệnh nhân của ông: *"Nếu bạn có ý chí, niềm tin để tồn tại, bạn có cơ hội sống sót với chương trình của Kelley. Chữa bệnh không dành cho những người yếu tim và thiếu niềm tin"*

5. Châm cứu và bấm huyệt:

Để thực hiện chữa bệnh theo phương pháp Kelley không hề đơn giản. Nó đòi hỏi bệnh nhân phải có nghị lực, lòng quyết tâm và ý thức kỷ luật cao độ. Bệnh nhân phải tuân thủ chế độ ăn và uống thuốc nghiêm ngặt trong thời gian dài. Khó nhất là tâm lý thèm ăn, mà bị hạn chế hấu hết các loại thịt động vật. Uống một ngày từ 150-200 viên thuốc (chia làm 9 lần) không hề là điều dễ dàng, dù đó đơn giản chỉ là vitamin, khoáng chất và các loại thực phẩm chức năng. Chỉ vài phút sau khi uống thuốc, cơ thể có thể có những phản ứng như chóng mặt, buốn nôn, xây xẩm mặt mày..., và điều đó diễn ra nhiều lần mỗi ngày.

Tiến sĩ Kelley qua đời vào vào 30 tháng 1 năm 2005 ở tuổi 80 do cơn đau tim. Hiện nay, nhóm dinh dưỡng, tư vấn viên của ông vẫn còn hoạt động tại thành Arkansas để tiếp tục chia sẻ giải pháp giúp nhiều người thoát khỏi căn bệnh ung thư.

Phương pháp trị liệu Essiac

Phương pháp Essiac là tên đọc ngược của Rene Caisse gốc người Canada. Bà là một y tá chăm sóc sức khỏe cho người già tại bệnh viện Ontario. Phương pháp này bao gồm các loại dược thảo có tính năng bồi dưỡng cơ thể, có tính kháng và tiêu diệt tế bào ung thư, gần giống phương pháp Đông Y tại Việt Nam.

Lịch sử

Vào những năm cuối của 1900, một phụ nữ Canada bị ung thư vú giai đoạn cuối. Trong một lần tình cờ gặp một người đàn ông da đỏ, bà được ông này hướng dẫn cách sử dụng một số loại dược thảo pha

uống hàng ngày. Người phụ nữ này thực hiện và khỏi ung thư sau vài tháng.

Hơn 20năm sau (1922), khi đã già, trong thời gian nằm viện tại Ontario, bà đã hướng dẫn lại công thức này cho người hộ lý trưởng tên là Rene Caisse. Cô hộ lý này cũng tìm gặp người đàn ông da đỏ và xin lại công thức từ chính ông này. Bốn loại thảo dược mãi đến nhiều năm sau mới được xác định là tạo nên công thức: rễ cây burdock, slippery elm bark, sheep sorrel và turkey rhubarb.

Theo Caisse, khi được trộn theo tỉ lệ nhất định, xay và pha uống, tác dụng diệt tế bào ung thư sẽ được nhân lên gấp bội so với uống riêng từng loại. Một năm sau đó, cô của Caisse phát hiện bị ung thư dạ dày đã di căn vào gan. Các bác sĩ đành bó tay và nói bà chỉ còn sống nhiều nhất là vài tháng. Caisse dùng loại trà này cho cô của bà uống hàng ngày, cho đến khi bà khỏi hoàn toàn và sống 21 năm nữa.

Từ năm 1934 đến 1942, Caisse bắt đầu dùng công thức này chữa ung thư không lấy tiền cho hàng ngàn bệnh nhân ung thư không còn hy vọng sống sót – khi các bác sĩ đã tuyên bố bó tay, trong đó có chính mẹ đẻ của bà, đã được chữa khỏi ung thư gan. Bà đặt tên

công thức này bằng cách đọc ngược tên riêng của bà (Caisse – Essiac)

Với sự giúp đỡ của một số bác sĩ, bà mở bệnh viện chữa ung thư tại Bracebridge, Canada. Bệnh viện hoạt động theo phương thức từ thiện, kinh phí hoạt động chỉ lấy từ nguồn tự nguyện đóng góp.

Homemaker's
Magazine

In her youth, Rene Caisse, a nurse from Bracebridge, Ont., defied the medical establishment to treat cancer patients with Essiac, her secret remedy. Some of them are still alive today. Now she's tired and frustrated by the red tape that's kept Essiac unrecognized – but given the right circumstances, she says she'll reveal the formula. An exclusive report/Page 6
COULD ESSIAC HALT CANCER?

Từ năm 1959-1962, bác sĩ Charles Brusch, người rất nổi tiếng trong giới y học tại Mỹ, đồng thời là bác sĩ riêng của Tổng thống John Kennedy, đã rất quan tâm và phối hợp với Caisse để chữa cho hàng ngàn bệnh nhân tại bệnh viện của ông ở Massachusettts.

Cuối cùng, vào năm 1977, ngay trước khi chết, bà đã trao lại công thức này cho hãng thuốc Resperin Corporation of Toronto với gía 1 USD.

Vào năm 1984 một phóng viên phát thanh, bà Elain Alexander, tiến hành loạt phỏng vấn bác sĩ Charles Brusch qua radio. Ngay lập tức, chương trình dấy lên sự quan tâm của hàng triệu người. Cũng bắt đầu từ đó, các bệnh nhân ung thư từ khắp nơi tìm mọi cách liên lạc với bà và bác sĩ Brusch, kế cả chầu chực trước của văn phòng và nhà riêng của họ để nhờ giúp

đỡ. Trong thời gian bốn năm từ 1984, hai người đã làm mọi cách để có thể giúp đỡ bệnh nhân càng nhiều càng tốt. Cuối cùng, vào năm 1988, họ kết hợp để cho ra công thức trà Essiac, đặt tên là "Flor- Essence". Sự khác nhau giữa Flor – Essence và Essiac (Resperin Corporation) là: Flor – Essence, ngoài 4 loại thảo dược cơ bản, có thêm 4 loại khác: blessed thistle, kelp, red clover, watercress. Ngoài ra, công thức này còn được một số nhà sản xuất khác đặt tên là: "Ojibwa tea" hoặc "Ojibwa Tea of Life".

Bạn có thể tìm thêm thông tin về phương pháp này tại đường link sau: *http://essiacfacts.com/*

Phương pháp trị liệu Budwig

Phương pháp Budwig của giáo sư Johanna Budwig. Giáo sư-Tiến sĩ Johanna Budwig sinh tại Đức năm 1908 và qua đời vào năm 2003 ở tuổi 95. Bà là một trong những nhà hóa sinh đứng hàng đầu của nước Đức và là một trong các nhà nghiên cứu tốt nhất của Châu Âu. Bảy lần bà được đề cử cho giải thưởng Nobel. Tiến sĩ Budwig tuyên bố đã có hơn tỉ lệ thành công 90% bệnh ung thư với chế độ ăn uống và giao thức của mình trong khoảng thời gian 50năm.

Bà từng phụ trách nhóm chuyên gia nghiên cứu về thuốc và chất béo ở Viện nghiên cứu chất béo tại Đức

(Federal Institite for Fats Research). Bà được giới chuyên môn công nhận là chuyên gia hàng đầu thế giới về dầu và chất béo (world's leading authority on fats and oils). Bà nghiên cứu rất sâu về tác động độc hại của sự hydro hóa và các chất béo đã bị làm biến chất lên sức khỏe, đồng thời cũng kết luận về khả năng kỳ diệu của các axit béo thiên nhiên thiết yếu trong việc chữa bệnh mãn tính, kể cả ung thư. Bà đã viết một loạt sách, bao gồm: Ung thư - Vấn đề và giải pháp; Dầu Flaxseed – Sự cứu giúp trong việc chữa các bệnh Viêm khớp, Nhồi máu cơ tim, Ung thư và các bệnh mãn tính khác; Thực đơn chế độ ăn đạm và dầu...

Năm 1952, Giáo sư Budwig đã viết nhiều tài liệu về một kết luận quan trọng: các chất béo không bão hòa là nhân tố quyết định trong việc đảm bảo kích thích hô hấp của tế bào. Kết hợp với chất đạm (amino axit – protein), chất béo không bão hòa giữ vai trò quan trọng, thậm chí là vai trò quyết định, là cái cầu nối giữa chất béo và đạm, trong việc hấp thụ ô xy của tế bào, có vị trí trong tất cả các quá trình lớn lên và phát triển, trong việc tạo máu và nhiều quá trình khác. Trên 40 cơ sở của nghiên cứu này, Tiến sĩ Budwig đã chữa cho rất nhiều bệnh nhân ung thư bằng chế độ ăn kết hợp dầu và đạm (gọi là Budwig diet hoặc protocol), sử dụng Flaxseed oils và Cottage Cheese,

giúp cho tế bào ung thư dần trở lại hấp thụ ô xy một cách bình thường. Như Dr. Otto Warburg, người hai lần được giải Nobel, năm 1931 được giải Nobel về nghiên cứu cơ chế hô hấp của tế bào, đã giải thích:

"Sự phát triển của tế bào ung thư bắt đầu bằng việc thiếu ô xy. Ung thư không thể sống trong môi trường giàu ôxy". Ung thư chỉ có một lý do cơ bản nhất: đó là sự thay thế việc hô hấp ôxy bình thường của tế bào cơ thể bằng việc hô hấp thiếu ô xy (tế bào trở thành anaerobic). Dr. Budwig đã thực hiện tiếp phần mà Dr. Otto Warburg không làm được: *"Đó là tìm ra phương pháp giúp tế bào hô hấp bình thường, tạo môi trường giàu ô xy, tại đó tế bào ung thư không thể phát triển và sẽ tự bị tiêu diệt"*.

Tiến sĩ Budwig không tin vào việc sử dụng các phương pháp điều trị ức chế sự tăng trưởng như hóa trị hay xạ trị. Trong một trích dẫn từ bài phát biểu của bà: *"Tôi mạnh dạn tuyên bố rằng các phương pháp điều trị thông thường tại bệnh viện ngày nay, chắc chắn nhất dẫn đến ngày càng xấu đi của bệnh nhân hoặc một cái chết nhanh hơn. Hoặc ở những người khỏe mạnh nhanh chóng gây ra ung thư."*

Năm 2003, ở tuổi 95 trong bà vẫn minh mẫn, khỏe mạnh có thể sống được tới trên 100 nhưng bà đã qua

đời do trượt chân ngã tại nhà riêng và không thể phục hồi lại được. Hiện nay giao thức chữa bệnh của bà vẫn được các bác sĩ, các chuyên gia dinh dưỡng tiếp tục thực hiện tại trung tâm Budwig với tên BioMedic Clinic được sự ủy quyền của bà vào năm 2000.

Giao thức của Tiến sĩ Budwig

Tiến sĩ Budwig giải thích hoạt động giao thức của mình nhằm vào việc cải thiện các tế bào của cơ thể.

Liệu pháp của tiến sĩ Budwig bao gồm:

- Xây dựng lối sống lành mạnh bằng chế độ ăn uống, bổ sung thảo dược.
- Cải thiện và xây dựng các mối quan hệ trong gia đình
- Tăng thân nhiệt bằng cách tắm nắng.
- Massage trị liệu
- Yếu tố quan trọng trong liệu pháp điều trị của tiến sĩ đó là dầu.

Chất béo giúp các vitamin và khoáng chất hấp thu vào cơ thể. Nhưng chất béo mà chúng ta sử dụng hàng ngày đó là dầu tinh chế thương mại. Các loại dầu này phá hủy màng tế bào làm giảm điện áp của tế bào nên gây các bệnh mãn tính như tim, tiểu đường, ung thư.

Liệu pháp của tiến sĩ là thay thế bằng dầu hạt lanh, dầu hạt bí (hạn chế dầu từ đậu phụng và hạt điều).

Nguyên liệu chính:

- Dầu flaxseed (flaxseed oils) – loại được chiết xuất lạnh (cold pressed). Tốt nhất là dùng loại dầu hữu cơ (organic). Dầu này phải được bảo quản trong tủ lạnh.

- Cottage Cheese (tiếng Anh) ít béo (tối đa là 2% béo) hoặc quark (tiếng Đức). Có thể sử dụng yogurt không đường, ít béo thay thế nếu không thể tìm được Cottage Cheese. Bảo quản trong tủ lạnh.

Nguyên liệu bổ sung:

- Bột flaxseed (flaxseed powder)
- Sữa không béo (hoặc 1% béo trở xuống)
- Các loại hạt sống như hạt bí, hạt hướng dương...(trừ lạc và hạt điều).
- Các loại trái cây

Cách pha chế và liều lượng:

Trộn 4 thìa canh Cottage Cheese với 2 thìa canh dầu flaxseed (tỉ lệ 2/1), dùng thìa trộn thật kỹ, sao cho dầu và cheese quyện vào nhau, không còn nhìn thấy vệt dầu nổi lên. Sau đó nếu thích có thể trộn thêm các

loại như: 30-40ml sữa, trái cây cắt nhỏ, bột flaxseed, các loại hạt theo lựa chọn. Phải ăn ngay sau khi trộn sẽ có tác dụng tốt nhất. Giáo sư Budwig khuyên với những người bị bệnh mãn tính, 4-8 thìa ăn dầu là liều lượng thích hợp. Liều từ 6 thìa dầu trở lên là chế độ dùng cho bệnh nhân ung thư. Đối với người bình thường, chế độ ăn 6 thìa cheese và 3 thìa dầu có thể giúp phòng các bệnh mãn tính, kể cả ung thư. Không uống bất cứ loại thuốc gì trong vòng 1,5 tiếng trước và sau khi ăn món này.

Hiện nay giao thức chữa bệnh của bà vẫn được các bác sĩ, các chuyên gia dinh dưỡng tiếp tục thực hiện tại trung tâm Budwig với tên BioMedic Clinic được sự ủy quyền của bà vào năm 2000. Bạn có thể tham khảo tại web sau để có nhiều thông tin hơn www.budwigcenter.com

Phương pháp của Lorraine Day

Tiến sĩ Lorraine Day là một bác sĩ y khoa chính thống, người đã 15 năm trên các giảng viên của Đại học California, San Francisco, School of Medicine và đào tạo cho hàng ngàn bác sĩ. Hiện nay là tác giả của các đầu sách bán chạy nhất tại California.

Năm 1993, tiến sĩ được chẩn đoán bệnh ung thư vú với khối u phát triển rất nhanh ngay ở ngực. Là một bác sĩ chính thống, bà hiểu rất rõ tác hại của điều trị

chính thống. Bà biết nếu bà điều trị chỉ làm bà tồi tệ hơn. Chính vì tác dụng phụ tiêu cực của nó, tiến sĩ đã từ chối hóa trị, xạ trị và phẫu thuật cắt bỏ. Bà đã chọn để sử dụng các phương pháp tự nhiên để xây dựng lại hệ thống miễn dịch của mình và lấy lại sức khỏe. Hiện nay ở tuổi 77 bà vẫn sống khỏe mạnh và hoàn toàn không có dấu hiệu của bệnh ung thư.

Chia sẻ của Tiến sĩ về giải pháp điều trị

Tiến sĩ Lorraine Day đảo ngược tiến triển ung thư khá nặng của mình bằng cách xây dựng lại hệ thống miễn dịch của cô bằng các liệu pháp tự nhiên vì vậy cơ thể của cô có thể tự chữa bệnh. Trong video của cô ***"Cancer doesn't Scare Me Anymore"*** *(Ung thư không làm tôi lo sợ hơn nữa)* cô mô tả việc cô đã hoàn toàn chữa lành bệnh ung thư vú đã lan rộng trên toàn hệ thống bạch huyết của mình và các cơ bắp của ngực. Là một bác sĩ y khoa cô ấy biết y học chính thống đã làm được những gì cho những người bị ung thư. Và cô từ chối để trải qua điều trị thông thường, ngay cả khi bác sĩ ung thư bảo sẽ từ chối chữa trị cho cô nếu cô không tuân thủ một trong hai (1) cắt bỏ vú (2) bức xạ hoặc (3) hóa trị. Bà hỏi các bác sĩ: "*Hệ thống miễn dịch của tôi là những yếu tố quan trọng nhất trong cuộc chiến chống ung thư của tôi, vậy tại sao tôi nên để bạn tiêu diệt*

nó", Tiến sĩ Day nói: "*Một người không thể có sức khỏe tốt khi hệ thống miễn dịch không hoạt động đúng*".

Tiến sĩ Lorraine Day giải thích lý do tại sao hóa trị và xạ trị là không tốt cho bất kỳ bệnh nhân ung thư. "*Nhiều người chết vì ung thư, không thực sự chết vì bệnh ung thư, nhưng bị chết trong trận chiến chống lại các tác dụng phụ của điều trị các triệu chứng, chủ yếu là thông qua hóa trị và xạ trị*"

"*Hóa trị và xạ trị TÀN PHÁ, HỦY DIỆT (DESTROY) hệ thống miễn dịch, chỉ có hệ thống trong cơ thể của chúng ta rằng mới có thể giúp chúng ta tốt và giữ chúng ta kháng mọi bệnh!*"

"*Lời giải thích của bác sĩ cho để biện minh cho việc sử dụng hóa trị liệu là hóa trị có xu hướng để tiêu diệt các tế bào đó là những phát triển nhanh nhất hoặc các tế bào phân chia nhanh chóng, do đó nó sẽ giết chết các tế bào ung thư nhiều hơn các tế bào bình thường. Và điều này là đúng, tuy nhiên, nó giết chết rất nhiều tế bào bình thường, đặc biệt là các tế bào miễn dịch, các bệnh nhân thường chết từ quá trình điều trị hơn là từ các bệnh ung thư!*"

"*Những gì về bức xạ? Xạ đốt cháy các bệnh ung thư, trong thực tế, nó đốt cháy tất cả mọi thứ trên đường đi của nó. Nó cũng giống như hóa trị, giết chết các tế bào*

hoàn toàn một cách bừa bãi và nó sẽ phá hủy hệ thống miễn dịch. Khi hệ thống miễn dịch bị hư hại nghiêm trọng do hóa trị hoặc xạ, nó không còn có thể kiềm chế sự lây lan của bệnh ung thư đó là lý do tại sao sau 5-7 năm (trung bình), người ta thường thấy rằng ung thư đã trở lại và lây lan qua các cơ quan khác."

Khám phá Mười Luật Sức khỏe tự nhiên của chúa (Giao thức điều trị của tiến sĩ Lorraine Day)

Trong video thứ hai của mình ***"You Can't Improve on God"*** (*Bạn không thể cải thiện về Thiên Chúa*) Tiến sĩ Day mô tả 10 luật sức khỏe tự nhiên của Thiên Chúa đã được tiết lộ với cô ấy khi cô ấy tìm sự giúp đỡ của Thiên Chúa qua lời cầu nguyện và nghiên cứu các Thánh. Cô theo mỗi một trong những luật mà cô gọi là Mười điều răn của sức khỏe tốt cho việc chữa bệnh hoàn hảo của mình. Phần tốt nhất của pháp luật của Thiên Chúa đối với sức khỏe tốt là tất cả chúng đều miễn phí trừ trường hợp bạn chỉ phải trả cho những thực phẩm giàu dinh dưỡng mà bạn phải trả tiền mà bạn cũng trả khi bạn ăn các loại thực phẩm khác. Cách của Chúa là con đường tốt nhất.

10 điều luật sức khỏe tự nhiên của Chúa

1. *Dinh dưỡng*

2. Tập thể dục thường xuyên

3. Nước

4. Ánh sáng mặt trời

5. Kiêng

6. Không khí

7. Nghỉ ngơi

8. Niềm tin vào Chúa

9. Biết ơn và lòng nhân từ

10. Thiện

Phần chính trong đoạn video, tiến sĩ mô tả chi tiết về chế độ dinh dưỡng dành cho bệnh nhân, những thực phẩm nào nên ăn, những thực phẩm nào không nên ăn. Cô giải thích tại sao người bệnh không nên ăn thịt động vật và gia cầm, các loại thực phẩm chế biến sẵn. Và cô cũng mô tả chi tiết tại sao chúng ta không nên ăn trái cây trong bữa ăn. Cô giải thích những lợi ích của những thực phẩm có lợi ích tiêu diệt tế bào ung thư như nghệ, tỏi, cà rốt, bông cải xanh... Cũng như cô giải thích lợi ích của việc uống nhiều nước, tập thể dục và ánh sáng mặt trời.

Và điều quan trọng nhất là niềm tin vào Chúa, sống vui tươi, chan hòa, sống với thái độ biết ơn và lòng từ bi. Chính những điều này giúp bệnh nhân chữa

khỏi bệnh ung thư mà không dùng bất kỳ hóa trị, xạ trị hay phẫu thuật nào.

Dưới đây là một số khuyến nghị sĩ Lorraine Day của dinh dưỡng cho bệnh nhân ung thư.

1. Dinh dưỡng:

- Ăn bánh mì nâu thay vì bánh mì trắng.
- Ăn ba bữa một ngày, gồm các loại rau tươi, các loại hạt, ngũ cốc và hạt giống. Các thực phẩm nên ăn sống và giảm bớt nấu chín vì nấu ăn giết chết các enzym hỗ trợ tất cả các chức năng cơ thể như tiêu hóa, lưu trữ năng lượng, hô hấp, loại bỏ chất thải từ thận, phổi, ruột và da.
- Ăn trái cây tươi giữa các bữa ăn và không phải trong các bữa ăn. Vì trái cây trải qua ít hoặc không tiêu hóa trong dạ dày và được tổ chức lên nếu ăn kèm với các loại thực phẩm như rau, đậu và các loại hạt đòi hỏi tiêu hóa trong dạ dày. Một lý do khác là các loại trái cây có lượng đường và axit trong đó trung hòa các loại thực phẩm có hàm lượng kiềm, làm cho cả hai loại thực phẩm không hiệu quả cho sự hấp thụ vào cơ thể.
- Ăn và uống các thực phẩm tươi và có màu xanh
- Uống nước ép carốt tươi

• Cung cấp thêm các vitamin, omega3 và khoáng chất.

2. Tập thể dục - ít nhất nửa giờ mỗi ngày - giảm 66% tỷ lệ mắc bệnh ung thư vú.

3. Nước - Chúng tôi là 75% nước - mất nước là nguyên nhân chính của bệnh. Nước là giải độc tốt nhất. Không sử dụng nước máy vì chứa nhiều clo.

4. Ánh sáng mặt trời - diệt vi khuẩn và giúp tăng cường hệ miễn dịch, làm giảm kích thước của khối u.

5. Kiêng: loại bỏ tất cả các hóa chất độc hại - chất gây ung thư, caffeine, thực phẩm chế biến, thuốc, tất cả các loại thuốc nhưng không ngay lập tức, từng bước - từng bước

6. Không khí sạch: Không khí trong nhà tăng gấp đôi tốc độ tăng trưởng ung thư. Ung thư không thích oxy. Hãy thực hiện các bài tập hít thở sâu trong môi trường không khí trong lành để tăng lượng cung cấp khí oxi cho tế bào ngăn chặn sự hấp thụ chất của ung thư.

7. Ngủ đúng: Muộn nhất 21:30. Cơ thể cần để hồi phục và xây dựng lại.

8. Thái độ của lòng biết ơn - tìm hiểu để tin tưởng vào Thiên Chúa, bạn cần phải thay đổi lối sống của bạn; hoàn toàn tin tưởng vào Thiên Chúa. Bệnh tật

không làm vinh danh Thiên Chúa. Đó là ý muốn của Ngài cho bạn để có được tốt. Một người rất nhiệt tình và tận tâm với một chương trình phục hồi là rất nhiều khả năng để có được chữa lành.

9. Có một của lòng nhân từ - tình yêu Thiên Chúa

10. Giúp đỡ và cầu nguyện cho những người khác.

Tất cả 10 điều luật sức khỏe tự nhiên của Chúa được tự do, an toàn, ngoại trừ thực phẩm, mà chúng ta cần ăn hàng ngày. Thuốc không bao giờ làm lành bệnh - hệ thống miễn dịch của Đức Chúa Trời ban cho chúng ta làm. Ung thư không phải là thiếu hóa trị. Tiến sĩ Lorraine Day tin rằng: *"Để được chữa lành bệnh tật nào chúng ta phải đảo ngược lại các nguyên nhân. Chúng ta không thể chữa lành bệnh bằng cách làm một cái gì đó hoàn toàn không liên quan đến nguyên nhân của nó".*

Tổng hợp dựa kinh nghiệm chữa bệnh, bà đã chia sẻ qua những cuốn sách, đoạn clip để hướng dẫn người bệnh thực hiện. Và trong 20 năm bà giúp hàng trăm người chữa trị thành công bệnh ung thư bằng liệu pháp tự nhiên mà bà cho là của Chúa ban tặng.

Bạn có thể tham khảo ở *www.drday.com* hoặc tìm kiếm những bài giảng của Tiến sĩ trên Youtube.

Phương pháp của Bill Henderson

Phương pháp của ông Bill Henderson được nêu rất chi tiết trong cuốn sách "Cancer-Free" (Thoát khỏi ung thư). Sau khi chứng kiến người vợ quá cố của mình, bà Marjorie ra đi vì ung thư sau 4 năm chiến đấu và ông biết có hàng trăm nghìn người phải cam chịu nỗi đau hành hạ giống vợ ông. Nên ông đã dành toàn bộ thời gian của mình để tìm kiếm một giải pháp chữa ung thư. Và ông đã tìm kiếm có hơn 400 trăm tài liệu về các giải pháp có thể giúp cứu sống người bệnh ung thư.

Và bắt đầu từ năm 2000 ông bắt đầu thông tin đến hàng triệu bệnh nhân ung thư để nhận thức rõ qua sách, tài liệu, các buổi hội thảo và tư vấn qua điện thoại để giúp họ cơ cơ hội được cứu sống.

Để tìm hiểu kỹ về phương pháp của ông cũng như có cái nhìn rộng mở về căn bệnh ung thư, bạn có thể tìm đọc cuốn "Thoát khỏi ung thư" (Cancer-Free) đã được chuyển ngữ sang tiếng việt.

Sau đây xin tóm tắt giao thức giúp chữa bệnh ung thư của ông được nêu trong chương 5

1. *Kích thích hệ miễn dịch:* bằng cách dùng viên nang Beta-1,3 Glucan theo tỉ lệ 1 viên 500mg cho trọng lượng 23kg. Nghĩa người 60kg có thể dùng 2-3 viên/ngày.
2. *Phomat không kem/dầu hạt lanh*: 6 thìa súp (85ml) trộn với 2/3 cốc hữu cơ và 1% - 2% phomat không kem. Cho thêm vào máy trộn hoa quả mọng, hạnh nhân, một chút cam thảo, một ít nước tinh khiết. Điều chỉnh theo khẩu vị của bạn.
3. *Viên nang Heart Plus và chiết xuất trà xanh:* Dùng 6 viên nang Heart Plus (2-2-2) và 3 viên nang chiết xuất trà xanh (1-1-1). Uống cùng lúc ăn hoặc giữa các bữa ăn.

4. *Barley Power:* 20 viên mỗi ngày. Uống 6-7 viên khoảng 15 phút trước khi ăn. Nếu bạn không ăn 3 bữa mỗi ngày thì uống 2 bữa sau khi ăn.
5. *Chế độ ăn uống chống ung thư:* Tránh đồ ăn trong danh sách "Bốn cấm kỵ" gồm 1. Đường các loại. 2. Các thực phẩm chế biến. 3. Sản phẩm từ Sữa. 4.Gluten.
6. *Vitamin/khoáng chất bổ sung:* mỗi ngày dùng 2 gói hoặc ăn đồ ăn chứa nhiều vitamin + khoáng chất.
7. *Vitamin D3:* Dùng 25.000IU mỗi ngày cho đến khi xét nghiệm máu của bạn đạt mức độ 70 hoặc cao hơn. Sau đó quay lại 10.000IU mỗi ngày.

Theo lời khuyên của ông, nên áp dụng chế độ này từ 6 – 8 tuần với người bệnh chưa qua hóa trị, xạ trị. Với người đã qua hóa trị xạ trị sẽ dùng lâu hơn. Sau khi thoát khỏi ung thư, bạn sẽ chuyển sang liều duy trì với hàm lượng khoảng 1/2 - 1/3 so với liệu trên.

Theo đánh giá của các chuyên gia về phương pháp của ông Hill Henderson được nêu trong "Thoát khỏi ung thư" là khá mạnh và khó thực hiện. Tuy nhiên với bệnh nhân ung thư ở giai đoạn cuối thì nên áp dụng. Tuy nhiên bạn cũng có thể tìm hiểu ở nhiều phương pháp khác phù hợp hơn.

Tìm hiểu thêm về phương pháp này cũng như nhận được nhiều thông tin khác bạn có thể truy cập vào website: *www.beating-cancer-gently.com*

Phương pháp thực dưỡng Ohsawa

Khi tìm hiểu về các phương pháp trị liệu ung thư, tôi có gặp và trao đổi với nhiều người bệnh ung thư, tôi có gặp một số trường hợp ung thư đã thoát khỏi bệnh ung thư nhờ áp dụng chế độ ăn đơn giản chỉ với "***gạo lức + muối mè***" theo công thức số 7 của phương pháp thực dưỡng Ohsawa.

Đây là phương pháp đã du nhập vào Việt Nam trước năm 1975 và ngày nay đã được nhiều người truyền bá rộng khắp Việt Nam. Trên thế giới, phương pháp này cũng được phổ biến ở nhiều nước và được tổ chức WHO công nhận là phương pháp ăn uống giúp khỏe mạnh và chữa nhiều bệnh.

Nguồn gốc

Phương pháp thực dưỡng Ohsawa do giáo sư OHSAWA, một nhà y triết lỗi lạc người Nhật đề xướng và truyền bá từ đầu thế kỷ 20.

MACROBIOTICS (Makrobiotos) hiểu theo từ Hy Lạp hoặc THỰC DƯỠNG hiểu theo nghĩa Hán Việt. Đây là phương pháp hoặc nghệ thuật dưỡng sinh sống vui, sống khỏe dựa vào tri thức sâu sa về sự sống trong vũ trụ mà Giáo sư Ohsawa gọi là nguyên lý vô song của trật tự vũ trụ xuất phát từ học thuyết "*Vũ trụ thống nhất*" và "*Âm dương biện chứng*" của Á Đông.

Theo ông Ohsawa "*Con người là một tiểu vũ trụ thu nhỏ trong vũ trụ rộng lớn. Hoạt động của con người phải gắn liền với trật tự của Thiên Nhiên*". Nhưng xã hội ngày càng phát triển, con người càng rời xa tự nhiên, càng ăn uống một cách vô trật tự. Con người bỏ rơi dinh dưỡng để chạy theo "tiện ích" đầy quyến rũ của "văn minh hiện đại" như gạo chà trắng, thực phẩm tinh chế, màu nhân tạo, gia vị tổng hợp, nước ngọt công nghiệp... đã làm thức ăn không còn tự nhiên mà còn mang tính quá Âm hoặc quá Dương. Nếu ăn chúng lâu dài, cơ thể sẽ trở nên mất quân bình nên không còn hòa hợp với thiên nhiên nên gây ra nhiều bệnh tật, khổ đau...

Phương pháp thực dưỡng Ohsawa giúp điều chỉnh lại cách ăn uống dưỡng sinh đúng đắn để cơ thể tái lập lại trạng thái cân bằng. Qui tắc của phương pháp này là "*Ăn uống theo cân bằng Âm Dương*".

Thực hành phương pháp thực dưỡng Ohsawa không chỉ mang lại lợi ích cho sức khỏe mà còn giúp cho tâm trí được thanh tịnh, an lạc.

Nguyên tắc của phương pháp thực dưỡng Ohsawa

Thuần chay

Rõ ràng, ngựa, voi, trâu bò và các động vật ăn rau quả khác đều hiền hòa và gần gũi hơn so với cọp, gấu, sói… Quá trình sát sinh hoặc săn bắt cũng khiến con người và loài ăn thịt trở nên tàn bạo, hung tợn hơn. Thịt và máu động vật cũng chứa nhiều chất kích thích hơn thảo mộc nên làm loài người và thú ăn thịt dễ bị kích động.

Ngược lại, người ăn chay với thức ăn chính là rau quả, ngũ cốc và trái cây thường có tâm tính hiền hòa hơn. Việc tiêu thụ các thực phẩm từ thiên nhiên cũng khiến người trường chay có cảm giác thanh bình, an nhiên. Việc ăn chay giúp con người thể hiện tình thương yêu muôn loài, gia tăng lòng bác ái và vị tha. Từ đó tâm được yên vui và thoải mái.

Hơn nữa, cấu tạo hệ thống tiêu hóa của con người hoàn toàn phù hợp với loài động vật ăn hoa quả, cây cỏ... nên việc ăn chay là hoàn toàn phù hợp với con người.

Ăn toàn phần

Thực phẩm toàn phần là thực phẩm chưa qua hoặc qua ít công đoạn chế biến nhất. Ví dụ như ngũ cốc nguyên cám, rau củ sạch nguyên vỏ, đậu hạt, đường đen,...

Theo Thực dưỡng, ăn toàn phần chính là tôn trọng trật tự của vũ trụ, vì mọi thực phẩm toàn phần đều có xu hướng quân bình âm dương thông qua việc hấp thu những năng lượng của vũ trụ để nhằm mục đích nuôi sống con người. Khi tiêu thụ thực phẩm toàn phần, cơ thể con người dễ dàng tái lập lại quân bình âm dương, từ đó bệnh tật được đẩy lùi, sức khỏe được khang kiện. Ohsawa cho rằng bệnh tật chính là sự đi ngược lại quy luật này.

Ăn thực phẩm thiên nhiên

Thực phẩm thiên nhiên ở đây bao gồm các thực phẩm đúng mùa và trồng tại địa phương. Theo thuyết Thân thổ bất nhị trong triết học Trung Hoa , con người và thiên nhiên vốn gắn bó mật thiết với nhau,

như hai mà một, như một mà hai. Con người ăn thực phẩm từ thiên nhiên, vì thế máu, nội tạng, khí lực cũng chính là từ thiên nhiên.

Thực phẩm thiên nhiên sinh ra là để nuôi sống con người. Thực phẩm thiên nhiên còn là thực phẩm không hóa chất và không biến đổi về cấu trúc gen. Thực phẩm biến đổi gen, nhiễm hóa chất sẽ làm xáo trộn hoạt động của cơ thể, gây nên bệnh tật cho con người.

Ăn uống quân bình Âm - Dương

Đây là nguyên tắc vô cùng quan trọng của thực dưỡng. Thực dưỡng phân chia làm hai loại bệnh âm và bệnh dương, do tiêu thụ những thực phẩm quá thiên về âm, hay thiên về dương và khuyến khích tiêu thụ những thực phẩm gần quân bình. Thực phẩm âm giúp con người trở nên điềm tĩnh, mềm mỏng, nhưng cực âm sẽ khiến mọi hoạt động của tế bào bị đình trệ. người ta trở nên nhu nhược, yếu đuối. Thực phẩm dương giúp con người mạnh mẽ và quyết đoán, nhưng cực dương sẽ khiến cho họ trở nên bảo thủ, luôn căng thẳng, bức bối. Chính sự rối loạn hoạt động của các cơ quan trong cơ thể do tiêu thụ quá nhiều các sản phẩm thức ăn cực âm và cực dương mà con người bị bệnh

tật. Hạt gạo lứt được coi là thực phẩm quân bình, là nền tảng của sức khỏe.

Tính âm dương của thực phẩm chỉ là tương đối tùy thuộc vào việc nó được đem so sánh với một thực phẩm khác trong cùng hay khác giới: ví dụ củ cà rốt dương nhất trong số các rau củ, nhưng âm nhất trong số các ngũ cốc và động vật. Cá chép âm nhất trong giới động vật nhưng dương hơn rau củ.

Ohsawa đã đưa ra 10 công thức:

1. CT số 7: 100% gạo lứt
2. CT số 6: 90% gạo lứt 10% rau củ xào, hấp
3. CT số 5: 80% gạo lứt 20% rau củ xào,hấp
4. CT số 4: 70% gạo lứt 20% rau củ xào, hấp, 10% canh súp
5. CT số 3: 60% gạo lứt 30% rau củ xào, hấp, 10% canh súp
6. CT số 2: 50% gạo lứt 30% rau củ xào, hấp, 10%, canh súp 10% thịt.
7. CT số 1: 40% gạo lứt 30% rau củ xào,hấp 10%canh súp 20% thịt
8. CT số -1: 30% gạo lứt 30% rau củ xào,hấp 10%canh súp20% thịt 10% rau sống, trái cây

9. CT số -2: 20% gạo lứt 30% rau củ xào,hấp 10%canh súp25% thịt 10% rau sống, trái cây 5% tráng miệng (món ngọt)
10. CT số -3: 10% gạo lứt 30% rau củ xào, hấp 10% canh súp 30% thịt 15% rau sống, trái cây 5% tráng miệng (món ngọt)

Trong 10 cách ăn uống thì công thức số 7 là có tác dụng mạnh nhất và thường áp dụng để tạo nền tảng cải thiện sức khỏe tâm sinh lý. Thời gian áp dụng là 10 ngày hoặc lâu hơn tùy thể trạng và môi trường sống của từng người. Công thức số 7 gồm gạo lức và muối mè. Đôi khi có chút gia vị như tương, bơ mè, bột rong biển.

Nguyên tắc ăn uống của Ohsawa:

- NHAI KỸ: Nhai hạt cơm trong miệng từ 50 – 100 lần cho đến khi hạt cơm biến thành nước rồi mới nuốt.
- Nước uống: uống rất ít nước. Chỉ một lượng nước đủ để không khát (0,75 lít)

7 điều KHÔNG DÙNG trong thực dưỡng Ohsawa

1. Không làm chín thực phẩm bằng sóng điện từ.
2. Không sử dụng bất kỳ phụ gia hóa học nào, như: chất bảo quản, chất điều vị, bột ngọt, bột nêm,

gia vị tổng hợp, hương vị nhân tạo, chất tạo màu…

3. Không dùng thực phẩm chế biến làm thay đổi phẩm chất, hình dạng, tính vật lý khác quá xa so với tự nhiên ban đầu; nói cách khác, không dùng thực phẩm tinh chế và siêu tinh chế.
4. Không dùng thực phẩm nuôi trồng bằng hóa chất gây hại (như phân hóa học, thuốc trừ sâu, chất kích thích tăng trưởng, thuốc diệt cỏ,…)
5. Không dùng thực phẩm trái mùa, lai tạo trái tự nhiên và biến đổi gen.
6. Không dùng thực phẩm quá xa nơi ăn chốn ở, xa hơn bán kính 60km
7. Không dùng sản phẩm nuôi trồng, chế biến và sản xuất bằng công nghiệp quy mô lớn.

Chữa ung thư bằng phương pháp Thực dưỡng Ohsawa

Ăn uống trong điều trị ung theo phương pháp thực dưỡng Ohsawa là áp dụng cách ăn ***"triệt để"*** theo công thức số 7 có nghĩa là ăn "***cơm gạo lức + muối mè***". Kết hợp ăn mở rộng với món ăn phụ như súp rong biển, uống trà gạo lức. Ngoài ra, trong quá trình

trị liệu, tùy vào thể trạng, có thể áp dụng nhịn ăn từ 1-7 ngày để thanh lọc cơ thể.

Và trợ phương thêm bằng cách áp nước gừng hoặc dán cao sọ đắp lên vùng có khối u. Ngoài ra, bên cạnh chế độ ăn uống thực dưỡng còn kết hợp uống nước lá đu đủ (trà Bồ công anh, trinh nữ hoàng cung) hoặc các bài thuốc Nam để điều trị.

Điều trị bằng phương pháp Ohsawa chữa bệnh, với trường hợp chưa can thiệp bởi phẩu thuật, xạ trị, hóa trị thì điều trị nhanh và hiệu quả cao. Nếu đã qua hóa, xạ trị hoặc cơ thể quá suy kiệt thì phương pháp này khó hiệu quả hoặc có mà rất chậm.

Khi chữa trị bằng phương pháp này, đòi hỏi người bệnh phải kiên trì và nỗ lực rất nhiều. Vì thời gian điều trị rất dài, nhiều trường hợp ăn gạo lức liên tục và kéo dài từ 4 – 8 tháng, cơ thể sụt cân nhiều làm mất sức nên khiến người bệnh lo lắng. Nhưng nhờ có ý chí quyết tâm cao và kiên trì thực hiện, nhiều người đã chữa khỏi nhờ phương pháp này.

Để tìm hiểu phương pháp Thực dưỡng Ohsawa, bạn có thể tìm đọc các sách *"Phòng và trị bệnh ung thư theo phương pháp thực dưỡng Ohsawa"* và *"Kinh nghiệm chữa Ung thư của các bác sĩ theo phương pháp Ohsawa"*.

Hoặc nên gặp thầy Thích Tuệ Hải (*Chùa Long Hương – Đồng Nai*) để được hướng dẫn cụ thể. Thầy đã hướng dẫn nhiều bệnh nhân chữa khỏi bệnh ung thư. Rất nhiều câu chuyện khác được ghi nhận tại Chùa Long Hương – Đồng Nai. Cụ thể như trường hợp: *Anh Lê Văn Khả (55 tuổi – Lagi – Hàm Tân - Bình Thuận) ung thư đại tràng, Ông Hoàng Đỗ Tuấn (59 tuổi) ung thư gan, phổi và nhiều bệnh khác. Chị Nguyễn Thị Liên (51 tuổi ở Berlin - Đức) ung thư vùng thượng vị, như chị Trần Thị Năm (59 tuổi – Bình Chánh – TPHCM) ung thư vú và u tử cung, Cô Nguyễn Thị Hưởng (57 tuổi – Bình Thạnh – TPHCM) ung thư tử cung,...*

Phương pháp Diện Chẩn

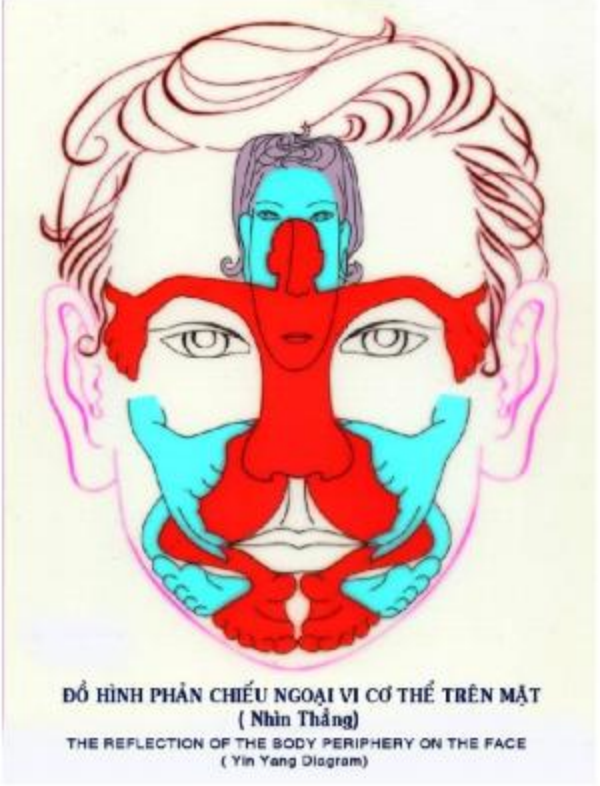
Từ nhiều năm trước tôi có cơ hội tiếp xúc về môn Diện Chẩn và đã học qua các khóa cơ bản. Sau khi học, tôi tự chữa những bệnh đơn giản cho người thân như cảm sốt, ho, nhức đầu, đau dạ dày, mất ngủ, đau vai gáy, tê chân tay,... Điều tôi ngạc nhiên là phương pháp đơn giản nhưng có thể chữa được nhiều bệnh hiệu quả mà không phải dùng thuốc và ai cũng có thể tự chữa được cho mình và cho người thân.

Rồi bẵng đi một thời gian tôi không thực hành chữa nữa. Một phần vì do công việc, phần vì chữa bệnh bằng phương pháp này đòi hỏi kiên nhẫn và mất thời gian (có bệnh chữa liên tục vài tháng) nên tôi đã tạm ngưng.

Khi tìm hiểu về các phương pháp chữa trị ung thư tự nhiên không độc hại, tôi lại có cơ hội học tập và tìm hiểu kỷ hơn về môn này. Diện Chẩn có thể chữa được nhiều bệnh từ bệnh đơn giản đến các bệnh mãn tính.

Với bệnh ung thư, tôi có cơ hội học tập kinh nghiệm chữa trị của thầy Đỗ Hữu Sơn và các thầy cô có nhiều kinh nghiệm trong Diện Chẩn, nếu kết hợp với ăn uống đúng cách, thực hành đúng đắn và kiên trì có thể làm giảm triệu chứng bệnh và dần dần bệnh được đẩy lùi.

Vài nét về phương pháp Diện Chẩn

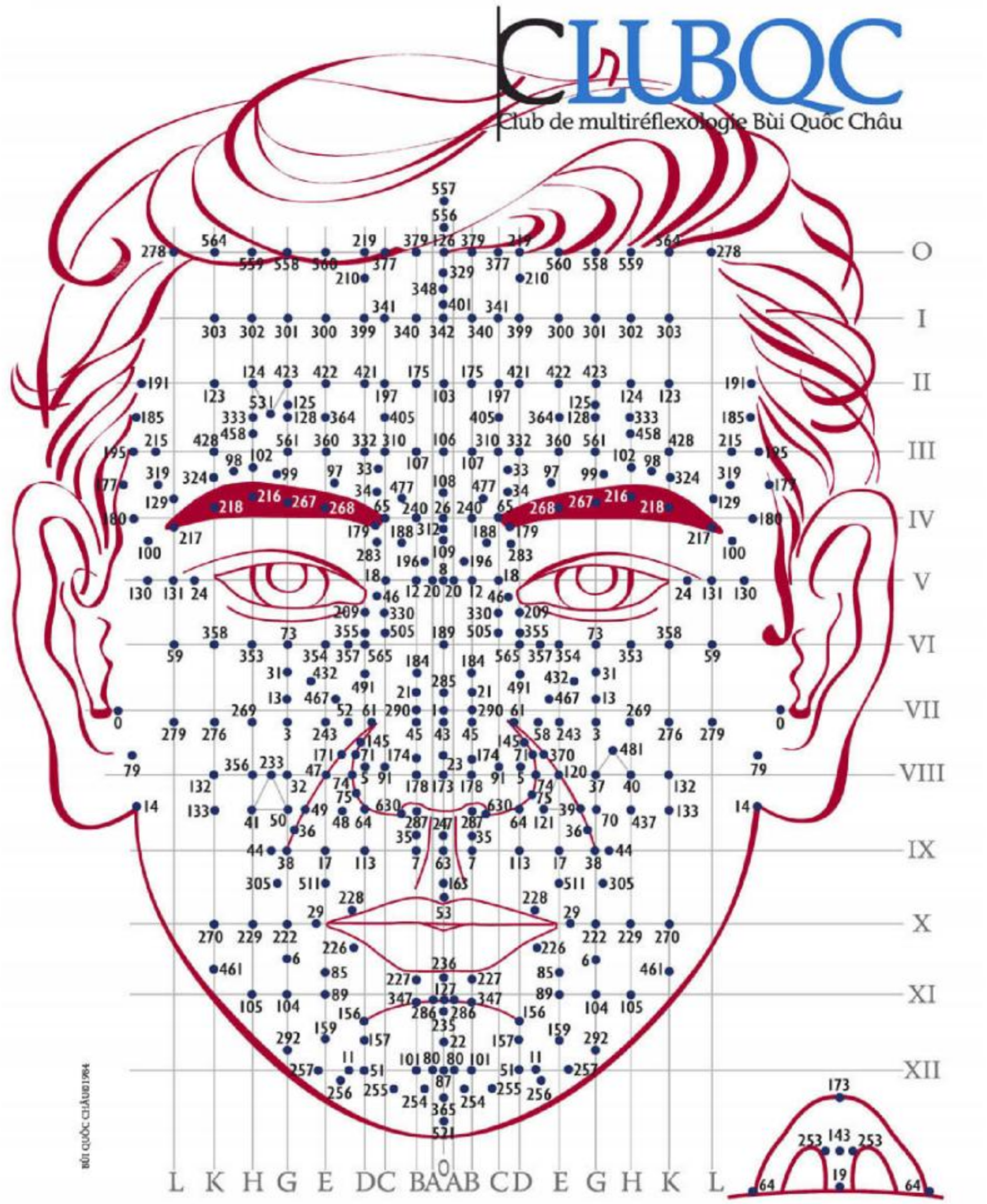


Phương pháp Diện Chẩn là phương pháp đặc thù của Việt Nam giúp người học tự phòng và chữa cho bản thân cũng như cho người khác những bệnh thông thường và cả một số bệnh nan y mãn tính.

Diện Chẩn là gì?

Diện Chẩn – Điều khiển liệu pháp (gọi tắt là Diện Chẩn) là một phương pháp chẩn đoán và trị liệu đặc thù của Việt Nam được GS.TSKH Bùi Quốc Châu sáng tạo năm 1980 tại TPHCM. Đây là một phương

pháp bổ sung vào các phương pháp Y học khác giúp chẩn đoán và chữa bệnh trên vùng mặt, da và toàn thân.



Phương pháp Diện Chẩn là phương pháp chữa bệnh tự nhiên không dùng thuốc, không dùng kim châm mà dùng các dụng cụ đặc thù (như cây lăn, cào, que dò, ngải cứu…) để lăn, day, ấn vào các điểm nhạy cảm (gọi là sinh huyệt) tương đương với các bộ phận bị bệnh được phản chiếu trên gương mặt.

Gương mặt được xem là điểm thông tin và kiểm soát toàn bộ các hoạt động của cơ thể dựa trên sự phản chiếu và đồng ứng của các bộ phận ngoại vi và nội vi cơ thể. Mỗi điểm trên khuân mặt sẽ phản xạ với một cơ quan tương ứng trong cơ thể. Có rất nhiều sinh huyệt được ví như "*vườn thuốc tự nhiên*". Hơn 500 huyệt được GS.TS Bùi Quốc Châu nghiên cứu và tìm ra. Ngoài khuôn mặt, ngày nay, Diện Chẩn còn phát triển thêm các vùng da trên tay, chân, lưng… Khi tác động lên các sinh huyệt sẽ kích thích hoạt động của các cơ quan trong cơ thể làm chuyển biến hoạt động của chúng.

"*Thông bất thống, thống bất thông*" nghĩa là "*Chỗ nào thông thì không đau, chỗ nào đau là không thông, là bị tắt*". Khi mạch bị tắt, khai thông trì trệ làm cho dưỡng chất, máu huyết không nuôi dưỡng đầy đủ nên lâu ngày sinh ra bệnh. Những động tác bấm huyệt, massage sẽ giúp các kinh mạch khai thông tắc nghẽn,

khí huyết được khai thông, từ đó dưỡng chất nuôi dưỡng lại đầy đủ, các cơ quan dần dần phục hồi. Hơn nữa, các động tác massage, kích thích các huyệt đạo tương ứng các cơ quan nội tạng giúp kích thích cơ thể tự tiết ra thuốc để tiêu viêm tiêu độc... các tác động làm tăng cường đề kháng, tăng hệ miễn dịch, giúp cơ thể tự điều chỉnh từ đó có thể đẩy lùi được bệnh tật.

Đây là phương pháp y học bổ sung hay y học song song, không phải là y học chính thống hay cổ truyền như Tây y và Đông Y cho nên phương pháp này chỉ hỗ trợ hoặc kết hợp phục hồi sức khỏe chứ không thể thay thế Tây y và Đông y.

Diện Chẩn có thể giúp cơ thể điều chỉnh để trị được rất nhiều bệnh nhưng không phải là tất cả. Có thể kết hợp Tây y, Đông y để chữa rất nhiều bệnh mãn tính, bệnh nan y...

Trong Diện Chẩn, có nhiều kỹ thuật chữa bệnh như

1. Chữa bệnh theo phát đồ.
2. Chữa theo phương pháp "Nhất dương chỉ" kết hợp "Vô chiêu".
3. Chữa bệnh theo đồ hình phản chiếu và đồng ứng

4. Chữa bệnh theo 8 nguyên tắc chữa bệnh không dùng huyệt.

5. Kết hợp Đông Y và Tây Y

Hiện nay, với chủ trương "*Biến bệnh nhân thành thầy thuốc, biến người bệnh thành người chữa bệnh*" hơn 35 năm, GSTS Bùi Quốc Châu đã phổ biến phương pháp này cho hàng ngàn người Việt Nam và nhiều nước trên thế giới. Nhiều người đã tự tin chữa bệnh cho mình và cho nhiều người xunh quanh mà không sợ một tác dụng phụ bất lợi nào.

Lợi ích của chữa bệnh bằng Diện Chẩn:

- Không dùng thuốc
- Thực hiện đơn giản bằng các dụng cụ: day ấn huyệt, lăn, cào, hơ nóng...
- An toàn và không gây bất kỳ tác dụng có hại nào cho sức khỏe
- Mọi người tự chữa bệnh cho mình và cho người thân.

Hiệu quả chữa bệnh ung thư bằng Phương pháp Diện Chẩn

Mặc dù, đến nay phương pháp Diện Chẩn đã được nhiều người biết đến, nhiều căn bệnh thông thường như cảm sốt, ho, đau nhức, đau vai gáy, tê chân tay,

mất ngủ, tiểu đêm... đến các bệnh mãn tính như suy thận, viêm gan, viêm loét dạ dày, sỏi thận... đã được chữa khỏi bằng phương pháp Diện Chẩn.

Với căn bệnh ung thư, không ai khẳng định là Diện Chẩn có thể chữa khỏi. Nhưng bằng cách khai thông các huyệt đạo, kích thích hoạt động của các cơ quan chức năng, tăng cường hệ miễn dịch, giúp cơ thể tự điều chỉnh từ đó có thể đẩy lùi bệnh tật.

Nhiều câu chuyện chữa ung thư thành công nhờ Diện Chẩn như câu chuyện *Chị Thủy (Q3, TPHCM, ung thư tử cung) chị Minh (Hà Nội chữa u não thành công cho con gái) em Trinh (TPHCM, chữa thành công ung thư vú cho mẹ của mình). Và nhiều câu chuyện khác...*

Kỹ thuật massage tăng cường sức khỏe

Trong phạm vi giới hạn của cuốn sách, tôi chỉ xin giới thiệu một số kỹ thuật đơn giản giúp bạn hỗ trợ tăng cường sức khỏe, tăng sức đề kháng.

1. Thực hiện 12 động tác

Buổi sáng, ngay sau khi thức dậy, thực hiện 12 động tác sau. Nếu không có thời gian, có thể giảm một vài động tác.

1. *Áp mắt:* Chà 2 bàn tay vào nhau cho đến khi nóng và áp vào 2 hố mắt. Áp 5-6 lần
2. *Xoa quanh hốc mắt:* Dùng 3 ngón tay (trỏ, giữa, áp út) vuốt vòng tròn quanh hố mắt từ đầu mày đến cuối mày rồi vòng xuống dưới mắt quay về đầu mày. Vuốt 5-6 lần.
3. *Xoa khắp mặt:* Dùng cả 2 bàn bàn tay xoa đều khắp mặt. Từ cằm vòng lên má rồi quay xuống cằm. Dùng ngón giữa chà lên xuống đường pháp lệnh (2 bên mép mũi). Xoa đến lúc mặt cảm thấy nóng ấm.
4. *Xoa quanh miệng:* dùng 3 ngón (cái, giữa, áp út) chà qua lại vùng trên môi. Sau đó chà qua lại ụ cằm. Chà 5-6 vòng.
5. *Vuốt mũi:* Chập 3 ngón (trỏ, giữa, áp út) miết từ đầu mũi thẳng lên tới mí tóc trán, cứ miết theo chiều lên cho tới khi thấy nóng ấm.
6. *Xoa quanh tai:* 4 ngón tay đặt sau tai, ngón cái đặt trước tai. Cứ miết tai cho tới khi thấy nóng ấm.
7. *Xoa trán:* Bàn tay khép lại và úp vào trán. Xoa ngang qua lại toàn bộ phần trán cho tới khi thấy nóng ấm.

8. *Vuốt vòm họng:* Đặt 2 bàn tay luân phiên nhau vuốt từ ụ cằm xuống hết cổ cho đến khi nóng ấm. Chỉ vuốt xuống, không vuốt ngược.
9. *Chà sau gáy:* Úp tay phải choàng qua vai trái vòng qua sau gáy vuốt về trước 20 lần sau đó đổi bên.
10. *Cào da đầu:* Dùng 10 ngón tay cào từ chân tóc trán lên đỉnh đầu, từ đỉnh đầu ra sau ót. Khi cào, phát hiện chỗ đau thì cào nhiều lần chỗ đó. Thực hiện khoảng 20-30 lần
11. *Gõ răng:* Ngậm miệng lại và nhịp 2 hàm răng lại vào nhau. Nhịp 20-30 cái
12. *Đảo lưỡi:* Ngậm miệng lại và dùng lưỡi đảo vòng tròn quanh miệng.

2. Lau mặt bằng khăn nóng:

Sau khi thực hiện 12 động tác, lúc đi đánh răng, dùng khăn mềm và mỏng (loại khăn dành cho em bé) nhúng vào nước nóng (độ nóng vừa phải để không làm phỏng da). Đắp khăn lên mặt để vài giây sau đó dùng khăn chà khắp mặt để kích thích lưu thông máu. Khi khăn nguội, nhúng lại vào nước nóng. Thực hiện độ 3-5 lần.

Mỗi tuần thực hiện 3-5 lần mỗi buổi sáng.

3. Lòng nóng lòng bàn chân:

Mỗi buổi tối trước khi đi ngủ, dùng 2 tay massage tác động và kích thích bàn chân, lòng bàn chân (chú ý chỗ lõm), mu bàn chân, các ngón chân, cổ chân, cổ các ngón chân bằng cách thoa dầu cù là (hoặc cao xoa vàng, không dùng dầu nước). Xoa thật kỹ cho đến khi nào bàn chân mềm và ấm áp mới ngừng.

- Sau khi massage, dùng nhang ngải cứu hơ nóng lòng bàn chân và các ngón chân. Chỗ nào hút nóng nhiều hơn thì tập trung chỗ đó. Trường hợp không có nhang ngải cứu có thể dùng máy sấy tóc để sấy.

- Thỉnh thoảng, có thể ngâm chân bằng nước nóng pha muối hột và thêm các loại thảo dược.

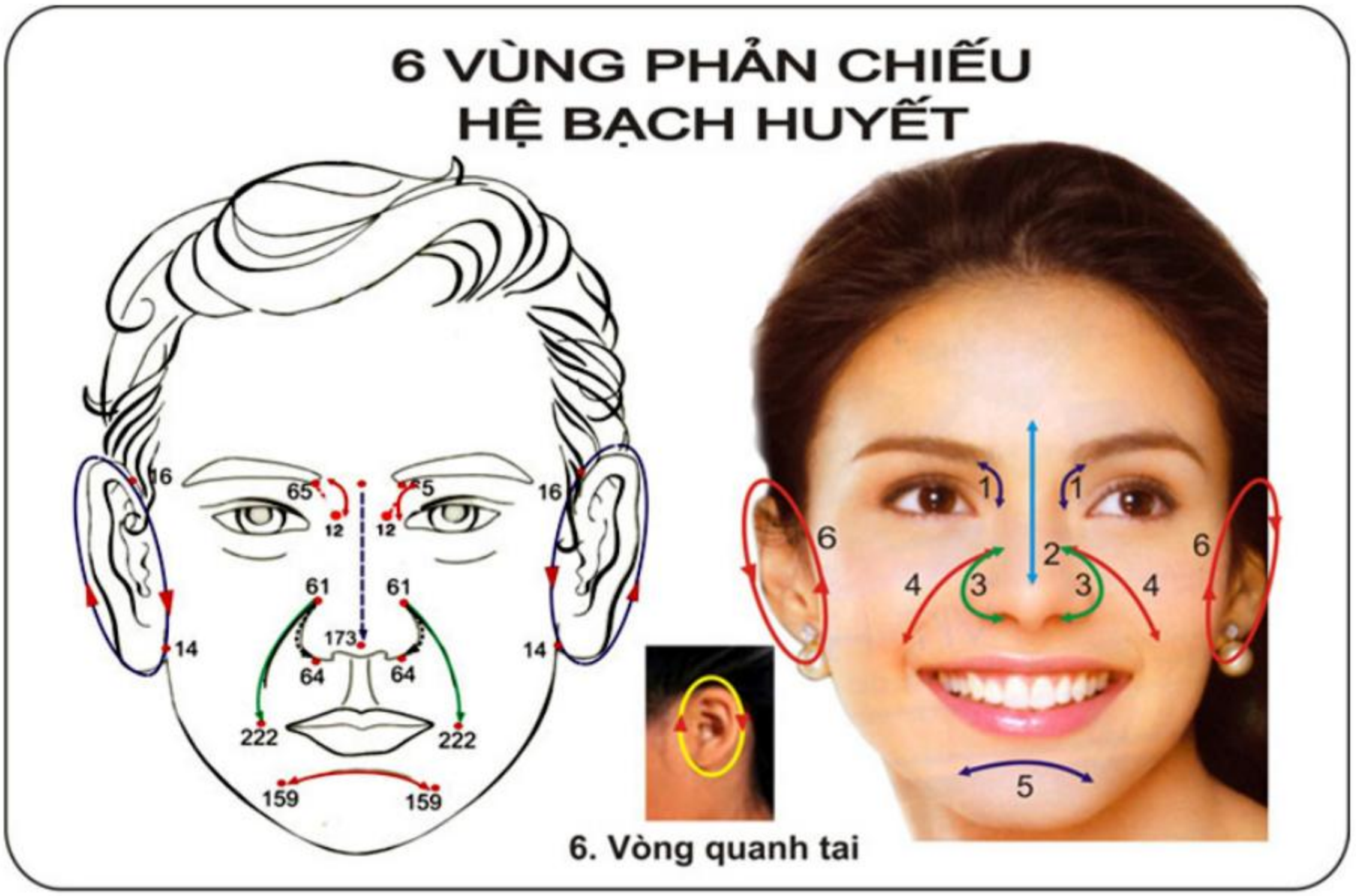
4. Tác động 6 vùng phản chiếu hệ bạch huyết

Dụng cụ: Dùng cây dò huyệt 2 đầu. Nếu không có tìm vật dụng thay thế có đầu trò (đường kính bằng hạt đậu xanh) hoặc cán muỗng nhưng tròn, không bị sắc.

Tác động theo các bước thứ tự như hình vẽ. Cường độ vừa phải, tác động bên trái trước, bên phải sau. Mỗi động tác thực hiện 20-30 lần.

Thực hiện mỗi ngày 1-2 lượt. Có thể thực hiện trước khi ngủ để có giấc ngủ ngon.

Tác dụng: Tăng cường sức đề kháng, phòng và ngăn ngừa rất nhiều loại bệnh.



6. Vòng quanh tai

5. Massage toàn thân:

Dụng cụ: Cây lăn cầu gai đôi (lớn), chày day huyệt, dầu cù là (cao xoa vàng) hoặc tinh dầu tràm. Có thể mua ở các chỗ bán dụng cụ Diện Chẩn.

- Vùng lưng: Dùng cây cầu gai đôi lăn dọc 2 bên cột sống lăn từng đoạn từ dưới xương cụt lên tới gáy. Lăn luôn phần gáy, xung quanh cổ. Sau đó

thoa dầu và dùng chày day huyệt day và massage dọc 2 bên cột sống.

- Cánh tay, cẳng chân: Dùng cầu gai đôi lăn massage ở vùng cánh tay, cẳng chân.

Có thể thực hiện đều đặn mỗi ngày để kích thích lưu thông máu, tăng cường tuần hoàn và tăng hệ miễn dịch.

**** Lưu ý:*** Trong quá trình massage, trên mặt, ở tay, chân, lưng... nếu phát hiện chỗ nào đau, thốn, khó chịu... hoặc chỗ có đặc điểm khác biệt so với vùng da khác như dày cộm, sần sùi... thì tác động chỗ đó nhiều hơn. Day và xoa từ nhẹ tới mạnh đến khi nào hết đau mới thôi.

Bạn có thể đọc rất nhiều tài liệu cũng như hướng dẫn chữa bệnh bằng phương pháp Diện Chẩn. Và để hỗ trợ chữa ung thư, bạn nên học tập từ các thầy Diện Chẩn có nhiều kinh nghiệm chữa bệnh.

Chương 5

CHẾ ĐỘ DINH DƯỠNG CHO NGƯỜI BỆNH UNG THƯ

Phần lớn mục đích của các phương pháp chữa ung thư thay thế đều xây dựng lại chế độ ăn uống và dinh dưỡng hợp lí để tái lập lại cơ thể, xây dựng lại hệ miễn dịch. Nhưng cho dù bạn áp dụng phương pháp nào thì chế độ ăn uống và dinh dưỡng là yếu rất quan trọng nhất.

"Thức ăn là thuốc. Thuốc là thực phẩm của bạn." (Câu nói của Hippocrate – Ông tổ ngành Y thế giới). Chỉ có thực phẩm bạn đưa vào cơ thể mới là Thuốc

giúp bạn chữa bệnh. Nhưng chế độ ăn uống thế nào là đúng cách?

Khi tiếp xúc người bệnh ung thư, tôi nhận thấy phần lớn người bệnh đều có chế độ ăn uống không đúng cách và chế độ dinh dưỡng không hợp lý. Vì vậy hiệu quả điều trị thấp hoặc không có kết quả. Không phải vì họ không muốn mà vì họ rất ít thông tin. Bác sĩ lại không hướng dẫn. Phần lớn hiểu biết về dinh dưỡng của các bác sĩ lại rất hạn chế nên họ không thể hướng dẫn cho bạn. Họ sẽ yêu cầu bạn *"ăn đầy đủ chất, không loại trừ thực phẩm nào để đủ sức khỏe trải qua các đợt phẩu thuật, xạ trị, hóa trị"*. Nhiều người bệnh chỉ uống sữa, lại ăn thịt bò... là 2 loại thực phẩm tuyệt đối cấm đối với người bệnh ung thư.

Nếu bạn nghe bác sĩ dặn *"Thực phẩm nên ăn này, thực phẩm kia không nên ăn..."* và hướng dẫn đúng cách thì rất hiếm... rất hiếm khi... Và nếu có thì gần như bác sĩ không có thời gian hướng dẫn cho bệnh nhân. Vì thế nhiều người bệnh không được tư vấn chế độ dinh dưỡng đúng cách.

Trong phần này, dựa trên quá trình tìm hiểu và tổng hợp trên các phương pháp, tôi xin liệt kê ra những thực phẩm bạn NÊN ĂN và KHÔNG NÊN ĂN cùng các loại dinh dưỡng bổ sung để giúp bạn có cơ hội cứu sống cho dù bạn áp dụng phương pháp nào.

Thực phẩm KHÔNG NÊN ĂN

Những thực phẩm người bệnh ung thư không nên ăn như đường, sữa, đậu nành, thịt động vật và các loại thực phẩm chế biến, đóng hộp…

Đường là nguồn thức ăn của tế bào ung thư. Nếu cắt bỏ đường là cắt bỏ một nguồn quan trọng nuôi dưỡng tế bào ung thư. Nếu tế bào ung thư không được nuôi dưỡng từ từ chúng sẽ chết.

Sữa cũng là nguồn thức ăn dồi dào của tế bào ung thư. Sữa làm cho cơ thể tiết chất "nhầy" mà tế bào ung thư ăn chất "nhầy" để sống. Vì thế nên trong giai đoạn đang điều trị ung thư nên cắt sữa ra khỏi chế độ ăn uống. Nên kiêng sữa và tất cả các sản phẩm làm từ sữa.

Đậu nành: Sản phẩm đậu nành là một vấn đề gây nhiều tranh cãi giữa các chuyên gia y tế thay thế. Một

số chuyên gia các chuyên gia ủng hộ sử dụng đậu nành để thay thế chất đạm khi đã cắt bỏ ăn thịt.

Tuy nhiên, phần lớn các chuyên gia cho rằng là loại chứa nhiều protein rất cao và loại protein không có lợi cho người đang điều trị ung thư. Theo các chuyên gia về dinh dưỡng, tiêu thụ nhiều đậu nành sẽ giúp tế bào ung thư nhanh phát triển.

Bản thân tôi khi quan sát những người bệnh, nhiều phụ nữ mắc ung thư vú, ung thư tử cung, buồng trứng có liên quan đến sử dụng quá nhiều đậu nành. Một số khác sau điều trị ung thư thành công về thay đổi chế độ ăn chay lại ăn quá nhiều đậu nành lại bị tái phát lại nhanh. Vì thế, để thận trọng, những sản phẩm liên quan đến đậu nành như đậu phụ (đậu hủ), sữa đậu nành… không nên ăn trong lúc điều trị ung thư.

Thịt động vật như thịt bò, thịt heo, thịt cừu là tuyệt đối CẤM đối với người bệnh ung thư (nhất là thịt đỏ). Vì chính hàm lượng protein trong thịt động vật này là nguồn dinh dưỡng dồi dào của tế bào ung thư. Nhiều sai lầm đi điều trị ung thư về sức khỏe giảm sút nên dùng các loại thực phẩm này để bồi bổ sức

khỏe vô tình nuôi dưỡng làm tế bào ung thư phát triển.

Các loại thực phẩm chế biến sẵn, thực phẩm đóng hộp,: Chứa nhiều chất phụ gia hoàn toàn không phù hợp với người bệnh ung thư. Vì sử dụng các loại thực phẩm này sẽ làm bệnh thêm tăng làm hiệu quả điều trị giảm sút. Thực phẩm chứa chất kích thích như bia, rượu, café là tuyệt đối cấm trong điều trị ung thư thay tế. Vì nó làm giảm hiệu quả của quá trình điều trị.

Với các tế bào ung thư, nếu ngừng cung cấp nguồn dinh dưỡng, không có thức ăn tế bào ung thư sẽ chết. Thời gian, tế bào ung thư sẽ tự đào thải ra ngoài.

Ngoài ra, nước lạnh, nước mát từ tủ lạnh là tuyệt đối không với người bệnh ung thư. Một số loại thực phẩm nếu phải bảo quản trong tủ lạnh, khi mang ra ngoài để giảm lạnh mới dùng. Các loại thực phẩm như *cam, chanh, nước dừa* cũng nên hạn chế với người bệnh ung thư. Vì theo quan niệm của Đông Y, người bệnh ung thư thuộc tạng ÂM nên nếu đưa thực phẩm ÂM nhiều vào sẽ làm tăng môi trường để ung thư phát triển.

Ngoài ra, cách chế biến, cách bảo quản lưu trữ cũng cần lưu ý:

- Hạn chế dùng đồ bảo quản trong tủ lạnh.
- Không dùng lò vi sóng để hâm nóng thức ăn.
- Hạn chế dùng các hộp nhựa, nồi nhôm. Nên bảo quản trong lọ thủy tinh, nấu bằng nồi sứ hay inox.

Thực phẩm NÊN ĂN

Những thực phẩm người bệnh ung thư NÊN ăn chủ yếu là các loại ngũ cốc, rau, củ quả. Tốt nhất là thuần chay ít nhất trong 6-8 tuần đầu khi bắt đầu giai đoạn điều tri.

Nếu có thể, chỉ nên ăn một ít cá, trứng và rất ít thịt gà (gà thả vườn). Những loại cá nên ăn là cá Hồi, cá Thu. Và chỉ nên dùng 1-2 lần/tuần.

Theo lời khuyên của các chuyên gia về dinh dưỡng, chế độ ăn uống hợp lý mà người bệnh ung thư nên ăn là:

- 75 - 80% các loại hoa quả tươi như nước ép các loại như cà rốt, táo, nho, dâu tây, việt quất, măng tây xanh, cần tây, các loại rau họ cải như bông cải xanh…

Nước ép tươi nguyên từ các loại rau quả giữ nguyên enzyme giúp cơ thể hấp thu nhanh và nuôi dưỡng các tế bào khỏe mạnh nhưng rất an toàn với tế bào ung thư. Tốt nhất các loại trái cây, loại rau quả có màu đậm.

- 20 – 25% thực phẩm chế biến đơn giản như hấp, luộc. Tránh chiên, xào hoặc nấu ở nhiệt độ quá cao làm mất nhiều chất dinh dưỡng. - Cung cấp một lượng chất xơ vừa đủ bằng các loại trái cây tươi và các loại ngũ cốc như đậu đen, đậu xanh, bột lúa mạch, các loại hạt cung cấp nguồn dinh dưỡng tốt cho cơ thể.

Các loại thực phẩm NÊN ĂN

Trái cây:

- Nho, táo, trái lựu, dâu tây,
- Sơri, Cherry, quả man việt quất
- Đu đủ, măng cụt, chuối, dưa hấu,
- Dưa lê, măng cụt, nho, xoài, saboche, mận, mãng cầu xiêm, quả Na (mãng cầu ta)

Rau, quả:

- *Măng tây xanh, cà rốt, Bông cải xanh,* củ dền (củ cải đường), bí đỏ, cần tây.

- Đậu cô ve, đậu hà lan, bông lơ trắng, tím, ớt chuông, rau mùi ngò,
- Các loại rau màu xanh: rau bina, rau bó xôi, rau họ cải: cải xanh, cải cúc, cải thìa, lá hẹ,
- Khoai lang, khoai tây, ...
- Nấm rơm - *Rong biển*

Dầu: *Dầu hạt lanh,* Dầu oliu (loại extra), dầu mè

Hạt: *Hạt sen, Hạt hạnh nhân,* hạt óc chó, hạt dẻ, hạt chia, hạt bí

Ngũ cốc:

- *Gạo lức* (trắng & đỏ), mè đen, trắng, Bột lúa mạch, Bánh mì đen,
- Các loại đậu (xanh, đỏ, đen), Bắp nếp (trừ bắp Mỹ)

Gia vị: *Nghệ,* Tỏi, *tỏi đen,* Sả tươi, hành tây, Gừng, muối biển,

Nước: Nước lá đu đủ, nước sả tươi, nước đậu đỏ-gạo lức rang, nước trà xanh, nước ép hoa quả,

THỰC PHẨM GIÚP HỖ TRỢ CHỮA UNG THƯ

Theo thống kê của các tổ chức chữa ung thư tự nhiên có đến 200 loại thực phẩm, vitamin, thảo dược... có tác dụng hỗ trợ điều trị ung thư. Những loại thực phẩm vừa có tác dụng chống chế và triệt tiêu tế bào ung thư vừa hỗ trợ tăng hệ miễn dịch giúp cơ thể năng cao khả năng chống lại căn bệnh ung thư.

Xin liệt kê một số loại phổ biến, dễ tìm, được nhiều người sử dụng có hiệu quả. Không nhất thiết bạn dùng tất cả. Tùy điều kiện cho phép và thể trạng của bạn, bạn có thể chọn lựa loại tốt nhất cho mình.

CÁC LOẠI THỰC PHẨM

1. Cà rốt

Cà rốt là một nguồn chứa rất nhiều Vitamin A. Trước bữa ăn 15 - 30 phút, bạn có thể dùng một ly ép cà rốt để nâng cao hệ miễn dịch. Một nghiên cứu gần đây được thực hiện bởi Tiến sĩ Raymond J. Shamberger, Giáo sư của Khoa Sinh hóa, Cleveland Clinic, Ohio, cho thấy rằng Vitamin A là một trong những nguồn hỗ trợ quan trọng nhất đến hệ thống phòng thủ chiến đấu của cơ thể và ngăn ngừa bệnh ung thư. Khi tiếp xúc với chất gây ung thư, vitamin này có một khả năng đặc biệt để ngăn chặn sự xâm nhập và hoặc làm chậm sự tăng trưởng của cả hai khối u ác tính và lành tính.

Falcarinol là một chất chống oxy hóa được tìm thấy trong cà rốt và đã chứng minh tính chống ung thư. Các nhà nghiên cứu ở Anh và Đan Mạch giảm khối u ung thư bằng 1/3 ở chuột bị ung thư trong phòng thí nghiệm gây ra.

Ngoài ra, một nghiên cứu của con người phát hiện ra rằng tiêu thụ nước ép cà rốt tăng nồng độ trong máu của carotenoid trong những người sống sót ung thư vú. Các nhà nghiên cứu tin rằng việc gia tăng mức

độ carotenoid trong máu đóng vai trò như một ung thư dự phòng.

Một phụ nữ người Anh tên là Ann Cameron được chẩn đoán khối u trong phổi do ung thư đại tràng di căn qua. Cô từ chối hóa trị mà chỉ dùng nước ép cà rốt. Sau 8 tuần, khối u dừng lại. 6 tháng sau, khi cô xét nghiệm lại không còn có dấu hiệu xuất hiện của ung thư. Câu chuyện được chia sẻ trong cuốn sách của cô "*Curing cancer with carrots*" (Chữa ung thư chỉ với cà rốt). Bạn có đọc ở phần *"Câu chuyện chứng thực"* sau cuons sách. Hoặc đọc chi tiết câu chuyện của cô tại *www.cachchuabenhungthu.com*

2. Măng Tây xanh

Măng tây là được xem "thứ rau hoàng đế" vì nó chứa nhiều chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể, giúp tăng cường sức đề kháng đặc biệt người ta còn dùng măng tây để giúp ngăn ngừa và hỗ trợ chữa trị ung thư.

Mặc dù chưa có nhiều nghiên cứu khoa học khẳng định măng tây là loại thực phẩm có phép lạ để chữa trị bệnh ung thư nhưng nhiều minh chứng cho thấy măng tây có tác dụng ngăn ngừa và giúp hỗ trợ chữa trị ung thư hiệu quả.

Trong măng tây được xác định có chứa nhiều hoạt chất glutathione (GSH), một chất chống oxy hóa có đặc tính chống ung thư nên có khả năng phòng ngừa và chữa trị bệnh ung thư. Chất asparagin có trong măng tây rất cần thiết cho sự xây dựng và phân chia tế bào nâng cao hiệu quả chữa ung thư.

Nghiên cứu cho thấy glutathione tăng cường các tế bào T của bạn - giúp điều chỉnh hệ thống miễn dịch nâng cao khả năng chống lại sự tấn công của bệnh tật, đồng thời bảo vệ các mô của bạn và kiểm soát phản ứng tự miễn dịch.

Mặc khác, măng tây giúp ngăn ngừa ung thư nhờ giàu hàm lượng vitamin A và C cũng như giàu selen. Tất cả 3 chất này cũng được nghiên cứu là có tính năng chống ung thư mạnh mẽ. Trong măng tây còn chứa vitamin A, kẽm và mangan, saponin chống viêm, flavonoids, và inulin.

Có thể dùng măng tây tươi bằng cách ép lấy nước uống hoặc hấp rồi xay nhuyễn dùng ngày 2 lần sáng và trưa trước mỗi bữa ăn, mỗi lần 4 muỗng canh, rất tốt trong hỗ trợ điều trị bệnh ung thư

3. Dâu tây

Dâu tây và những loại quả mọng khác đang được dùng để chống lại bệnh ung thư phổi ở phụ nữ. Các nhà nghiên cứu đã thực nghiệm trên chuột đã nhận thấy rằng dâu tây có thể ngăn chặn và kìm hãm sự phát triển của tế bào ung thư. Những hàm lượng tannic acid trong dâu tây có thể tạo ra tác dụng chống lại độc tố trong cơ thể ngăn cản sự hình thành khối u.

Nghiên cứu được thực hiện bởi Tong Chen, Giáo sư y khoa tại Trung tâm Ung thư Đại học bang Ohio, Columbus. Kết quả đã được công bố tại Hiệp hội nghiên cứu ung thư Mỹ tại Orlando, Fla.

Kết quả cho thấy dâu tây có thể có một số lợi ích chống ung thư thực quản, Chen quyết định nghiên cứu tác dụng của chúng trên cơ thể người. Cô cho 36 người ở độ tuổi 54 có tổn thương tiền ung thư thực quản sử dụng dâu tây đông khô đều đặn. Kết quả cho thấy 29/36 người có triệu chứng làm chậm quá trình phát triển của tế bào ung thư.

4. Trái nho

Nho là loại trái cây chống ung thư rất hiệu quả. Nho có chứa lượng acid caffeic cao, là chất chống ung thư rất công hiệu. Ngoài ra nho còn có chất Bioflavonoid, một dưỡng chất giúp cơ thể dễ dàng hấp thụ vitamin C và giúp cho vitamin C duy trì mô liên

kết chặt chẽ. Bioflavonoid còn có chức năng như các chất chống ôxy hóa, ngăn không cho vitamin C bị ôxy hóa và chống hiện tượng đứt mao mạch,

Trong trái nho, nhất là vỏ nho có chứa một số thành phần chống ôxy hoá rất tốt, có khả năng kiềm chế được căn bệnh ung thư. Những chất này có thể ngăn chặn được sự phát triển xấu đi của các tế bào ung thư, phá hoại khả năng khôi phục tế bào ung thư máu. Ngoài ra, những thành phần vi lượng trong nho tốt cho tim mạch, mắt và có tác dụng tăng hệ miễn dịch giúp ngăn ngừa bệnh ung thư.

5. Việt quất

Quả việt quất loại trái cây ưa chuộng của các chị em ngày nay. Quả việt quất chứa nhiều loại vi dưỡng chất như vitamin A, E, C, vitamin K, magiê, photpho, kẽm, các chất xơ ... Những thành phần trong quả việt quất rất tốt để hỗ trợ ngăn ngừa các bệnh tim mạch, giảm viêm, cải thiện trí nhớ. Với bệnh ung thư, quả việt quất được xem là loại thực phẩm cực kỳ tốt bởi những hàm lượng vi dưỡng chất có trong quả việt quất mà giúp tăng cường sức khỏe nâng cao hệ miễn dịch giúp nâng cao khả năng chữa trị ung thư. Ngoài ra, trong quả việt quất được xác định là có chứa hàm lượng các chất chống oxi hóa mạnh như carotenoid

(Zeaxanthin, lutein), flavonoid (resveritrol, rutin, quercetin) giúp ngăn ngừa bệnh ung thư.

Quả việt quất có thể ăn sống hoặc xay sinh tố kết hợp với yaour hoặc quả dưa vàng sẽ có một món sinh tố tuyệt vời giúp người bệnh nâng cao hệ miễn dịch tăng cường sức đề kháng giúp chữa ung thư hiệu quả.

6. Hạt lanh

Hạt Lanh hay flaxseed là nguồn cung cấp axit béo omega-3 dồi dào. Hạt Lanh hơi lớn hơn hạt mè và có vỏ cứng trơn và sáng, màu sắc từ vàng sẫm đến nâu đỏ. 5 thành phần chính của hạt lanh là omega-3 axit béo, lignans, chất xơ, protein và vitamin + khoáng chất. Với hàm lượng vi chất có trong hạt lanh có giúp ngăn ngừa ung thư bằng ức chế tế bào ung thư, làm chậm sự phát triển của tế bào ung thư. Ngoài ra, sử dụng hạt lanh thường xuyên sẽ giúp hỗ trợ các bệnh về tim, ổn định đường huyết, giảm cholesterol, chống lão hóa…

Sử dụng hạt lanh organic bằng cách nghiền thành bột trộn với chữa chua, bạn sẽ có món ăn tuyệt vời. Với người đang điều trị ung thư, có thể thay thế các loại chất béo khác bằng cách dùng dầu hạt lanh trong mỗi bữa ăn (2muỗng/lần, ngày 2 lần)

7. Nghệ

Củ nghệ là loại thảo mộc cùng họ với gừng. Nghệ được dùng rất nhiều khi chế biến thức ăn cũng như làm thuốc. Những hợp chất trong củ nghệ được minh chứng là có tác dụng chống viêm và có khả năng ngăn ngừa sự phát triển của tế bào ung thư.

Tinh chất nghệ được tinh chiết củ nghệ được nghiên cứu để xác định rõ hơn vai trò điều trị và ngăn ngừa một số bệnh ung thư như ung thư da, ung thư đường ruột, ung thư tuyến tiền liệt, ung thư vú... Các kết quả dù chưa được khẳng định nhưng đầy hứa hẹn cho những bệnh nhân có cơ hội chữa khỏi bệnh ung thư.

8. Bông cải xanh

Bông cải xanh được xác định có chứa một số hoạt chất có thể làm giảm nguy cơ ung thư đại trực tràng hoặc các loại ung thư khác. Mặc dù không có sự rõ ràng về hiệu quả chữa trị ung thư của bông cải xanh nhưng lời khuyên tốt nhất dành cho bệnh nhân đang điều trị ung thư là ăn nhiều loại rau quả trong đó bông cải xanh được xem là một phần trong chế độ ăn uống cân bằng để làm thuyên giảm bệnh ung thư.

Bông cải xanh là một nguồn chất dinh dưỡng tốt vì nó rất giàu vitamin C, carotenoid (chất vitamin A-like), chất xơ, canxi, và folate. Bông cải xanh cũng là

một nguồn gốc của nhiều chất được gọi là phytochemicals, hoặc các hóa chất thực vật, có những tính chất chống ung thư. Ví dụ, bông cải xanh có chứa một số hợp chất được gọi là isothiocyanates, bao gồm sulforaphane và indole-3-carbinol (I3C), đã được chào mời như là chất chống ung thư có thể trong những năm gần đây. Nghiên cứu ban đầu cho thấy các chất này có thể hoạt động như chất chống oxy hóa và có thể thúc đẩy các enzyme giải độc trong cơ thể. Một số nghiên cứu cũng đã cho thấy họ có thể làm thay đổi mức độ estrogen trong cơ thể, mà có thể ảnh hưởng đến nguy cơ ung thư vú.

Bạn có thể ép bông cải xanh tươi cùng với cái loại quả khác đều đặn mỗi ngày để tăng cường khả năng chống ung thư.

9. Quả lựu

Những nghiên cứu cho thấy, trong quả lựu có chứa nhiều thành phần chống oxi hóa, các hợp chất có thể tiêu diệt tế bào ung thư tuyến tiền liệt. Một nghiên cứu khá thú vị của nhóm nhà khoa học của trường ĐH Wisconsin thực hiện trên chuột nhiễm tế bào ung thư tuyến tiền liệt. Trưởng nhóm nghiên cứu, giáo sư Hasan Mukhtar cho biết các hoạt chất trong quả lựu có thể ức chế và ngăn cản sự phát triển của tế bào ung

thư tuyến tiền liệt. Một kết quả mang nhiều hi vọng cho những nghiên cứu tiếp theo trong việc hỗ trợ điều trị ung thư. Tại Mỹ, quả lựu được liệt vào danh sách các thực phẩm dồi dào nguồn kali, vitamin C và chất chống oxi hóa.

10. Nha đam

Nha đam hay Lô hội (tên khoa học là Aloe). Nha đam chứa nhiều các vi chất như axit amin (gồm 23 loại), vitamin (B1, B2, B5, B6, B12...) các khoáng tố vi lượng (Na, K, Ca...) Cellulose, glucose, rhamnose, aldopentose, galactose, xylose, mannose, arabinose và acemannan, chính chất này có tác dụng kháng virút và giúp tăng cường hệ miễn dịch của cơ thể.

Có một số người ủng hộ rằng lô hội tăng cường hệ thống miễn dịch bằng cách trực tiếp tấn công các tế bào nhờ chất acemannan, do đó có thể hỗ trợ điều trị ung thư. Acemannan được cho là tăng cường hoạt động của các đại thực bào góp phần chữa bệnh ung thư. Nghiên cứu đã chỉ ra acemannan có thể kích thích các tế bào miễn dịch ở chuột để tạo ra các cytokine (protein giết chết ung thư).

Trong cuốn sách "*Cancer can be cured*" (Ung thư có thể chữa được) của Linh mục Romano Zago (SN 1932, tại tỉnh Lajeado, Brazil). Ông mô tả công thức

kết hợp giữa nha đam, mật ong và rượu nếp (nguyên chất) đã giúp nhiều người thoát khỏi căn bệnh ung thư. Xem hướng dẫn ở *"các món ăn gợi ý"* chương 5.

Thực phẩm khác:

Ngoài ra, còn có những thực phẩm khác có lợi cho người bệnh ung thư: *trà xanh, quả gấc, lá sả, tỏi đen, gừng, cây lá chum ngây, các loại rau họ cải, lá hương thảo, lá bạc hà...*

CÁC LOẠI THẢO DƯỢC HỖ TRỢ ĐIỀU TRỊ UNG THƯ

1.Lá đu đủ

Một báo cáo của bác sĩ Nam Dang, thuộc trường Đại học Florida về hiệu quả của lá đu đủ trên tế bào ung thư vừa mới được phổ biến trên tạp chí Journal of Ethnopharmacology. Báo cáo cho biết chiết xuất từ lá đu đủ hoặc nước sắc của loại thảo dược này có hiệu quả chống ung thư đối với các u bướu cổ tử cung, vú, gan, phổi và tuỵ tạng (pancreas). Ông Dang và các cộng sự cho rằng những hoạt chất trong lá đu đủ có tác động thúc đẩy cơ thể sản xuất ra những phân tử truyền tin được gọi là các cytokines loại Th1, là các protein giúp cải thiện hoạt động miễn dịch.

Khi cho 10 loại tế bào ung thư khác nhau tiếp xúc với chất chiết xuất này, trong 24 giờ sau, kết quả cho thấy tốc độ phát triển của tế bào chậm hẳn lại. Nếu nồng độ chất chiết xuất càng cao, hiệu quả kháng tế bào ung thư, thậm chí giết chết nó càng rõ rệt. Cũng trong một thí nghiệm tương tự, các nhà khoa học còn phát hiện ra chất chiết xuất từ lá đu đủ có khả năng thúc đẩy tế bào T - tế bào đóng vai trò quan trọng trong hệ miễn dịch - sinh trưởng và phát triển.

Mặt khác, việc sử dụng chất chiết xuất từ lá đu đủ kháng ung thư còn có ưu điểm ở chỗ nó không mang độc tính và không gây ra tác dụng phụ. Nó có thể tiêu diệt tế bào ung thư, song không ảnh hưởng xấu đến các tế bào khỏe mạnh, vì vậy sẽ tránh được các trường hợp làm tổn thương đến cơ thể người bệnh như khi dùng các loại thuốc thông thường.

Nhiều người nhờ uống nước lá đu đủ đã mà thoát khỏi căn bệnh ung thư. Nếu mỗi ngày lấy lá đu đủ tươi hoặc khô sắc lấy nước uống (khoảng 6-9 lá đu đủ, có thể thêm sả tươi theo tỉ lệ 9 phần lá đu đủ 1 phần sả). Số lượng tùy theo bệnh nặng nhẹ có thể tăng hoặc giảm dần. Tuy nhiên, cũng cần lưu ý, vì trong lá và thân có thành phần papain nên có ảnh hưởng không tốt đến dạ dày. Nếu dùng nhiều, một số người có thể

bị kích ứng gây đau bụng vì vậy nên tùy thể trạng và cơ địa mà chọn liều dùng thích hợp.

2. Nấm lim xanh

Nấm Lim Xanh là loại nấm mọc trên thân cây gỗ Lim Xanh có tên khoa học là Lucidum Ganoderma. Loại nấm này xuất hiện ở các khu vực Châu Á như Hàn Quốc, Trung Quốc, Việt Nam, Nhật Bản. Tại Việt Nam, Nấm Lim Xanh mọc nhiều ở huyện Tiên Phước, Quảng Ninh.

Nấm là một trong những dược liệu quí có nhiều công năng bồi bổ sức khỏe và giúp hỗ trợ điều trị bệnh. Nhiều nghiên cứu và những minh chứng khoa học cho thấy Nấm Lim xanh có thể hỗ trợ tốt trong chữa trị bệnh ung thư như ung thư phổi, ung thư gan, ung thư tuyến tiền liệt, ung thư vú, ung thư dạ dày… Với giai đoạn đầu, có thể kết hợp với các phương pháp chữa trị ung thư của Tây Y để hỗ trợ điều trị hiệu quả. Riêng giai đoạn cuối, dùng Nấm Lim Xanh để nâng cao thể trạng sức khỏe, kéo dài sự sống.

3. Hồng Sâm

Nhân Sâm từ lâu đã được xem là đứng đầu trong các loại y dược thảo. Trong đó Hồng Sâm Hàn Quốc được xem là tốt nhất trong các loại Sâm từ Mỹ, Nhật,

Trung Quốc. Hồng Sâm có tác dụng tăng cường hệ miễn dịch, hỗ trợ chức năng tim, gan, thận và điều hòa đường huyết. Nhiều năm gần, hàng trăm công trình nghiên cứu đã xác định Hồng Sâm có chức năng hỗ trợ điều trị ung thư.

Hoạt chất ginsenosides Rg3, Rh2, Rk5... được xem là những hoạt chất chính làm nên tác dụng kỳ diệu của Hồng Sâm. Các ginsenosides này có tác dụng ngăn chặn và kìm hãm tế bào ung thư, hạn chế sự gia tăng là làm yếu hoặc chết đi để không có khả năng phát triển. Các ginsenosides còn giúp ngăn chặn và kìm hãm việc hình thành AND và ARN trong việc nhân bản tế bào ung thư ngăn không cho tái hình thành ung thư.

Nếu thể trạng yếu, ăn uống kém... thời gian đầu bạn nên dùng Hồng Sâm để tăng nhanh sức khỏe. Tuy nhiên cũng cần chú ý là loại Hồng Sâm từ 6 năm tuổi trở lên mới chứa hàm lượng cao các ginsenosides. Bạn có thể tìm mua các loại Cao hồng Sâm chất lượng cao hoặc các loại viên thuốc Hồng Sâm Rg3, loại dành cho người bệnh ung thư.

4. Fucoidan (Tảo Nhật)

Fucoidan hiện nay được chiết xuất từ tảo nâu như là hondawara, được phát hiện vào năm 1913 bởi Giáo

sư Kylin của Đại học Uppsala ở Thụy Điển là nguồn chất nhờn từ kombu. Tên viết tắt ban đầu là " Fucoidin ", chất này sau đó được mọi người biết đến là " Fucoidan " dựa vào Nguyên tắt quốc tế về đặt tên cho các loại đường. Fucoidan là một nguồn chất nhờn cụ thể chỉ tìm thấy trong tảo nâu nhưKombu, Wakame (Mekabu), Mozuku và loại chất xơ hòa tan trong nước.

Về nghiên cứu khoa học, Fucoidan là một chuỗi phân tử cao polysaccharide có thành phần chính là sulfate fucose. Ngoài fucose, thành phần chính của Fucoidan cũng bao gồm galactose, manose, xylose và axit uronic. Tên gọi "Fucoidan" hiện tại không có cấu trúc nhất định, nhưng nó là một thuật ngữ chung để cập đến chuỗi phân tử cao polysaccharides có thành phần chính là fucose.

Các nghiên cứu gần đây cho thấy polysaccarit, một loại sợi thức ăn có trong tảo nâu, mang lại nhiều lợi ích về sức khoẻ cho con người. Polysaccarit do các sacarit đơn như glucoza, xyloza và galactoza tạo thành. Chúng được coi là “các chất có hoạt tính sinh học”mà đang thu hút được nhiều sự chú ý. Nhiều người trong số các bạn đã nghe nói đến tác động chống ung thư

của "β-glucan" có trong nấm mỡ và fomes yucatensis. Chất "β-glucan" này cũng là một polysaccarit.

Công dụng của Fucoidan với ung thư

Ung thư (cancer) xảy ra khi các tế bào trong cơ thể sinh sôi nảy nở nhanh chóng, bất thường do sự biến đổi gene. Tế bào được sinh ra bất thường này không tuân theo tiến trình tự chết như một tế bào bình thường (apoptosis). Từ đó những tế bào bất thường này càng ngày càng sinh ra nhiều và nhanh chóng tạo thành bướu (khối u) ung thư. Để nuôi dưỡng bướu ung thư (cancerous tumor) ngày càng lớn, bướu ung thư sẽ tự tạo nên các mạch máu mới (angiogenesis) để lấy các dưỡng chất. Khi bướu ung thư lớn nhiều, nó chèn ép các mô lân cận và các cơ quan nội tạng chung quanh. Sau đó, tế bào ung thư có thể tách rời ra khỏi bướu nguyên thủy, di chuyển qua đường máu huyết để tới cơ quan khác, tạo nên một bướu ung thư khác ngay nơi cơ quan mới di chuyển đến (di căn, metastasis).

Mấy năm gần đây, rất nhiều bệnh nhân ung thư, đặc biệt là ở Nhật đã biết tới Fucoidan là như một loại tảo biển nâu có khả năng hỗ trợ điều trị bệnh ung thư. Nhiều cuộc nghiên cứu ở Nhật đã chứng minh

Fucoidan hỗ trợ phòng chống ung thư với các đặc tính:

- Tăng cường hệ thống miễn nhiễm trong cơ thể, chống hình thành u bướu, chống oxy hóa, giúp ngăn ngừa sự đánh phá của các gốc tự do vào gene di truyền, ngăn cản và ức chế sự tạo lập các mạch máu mới, từ đó cắt đi nguồn cung cấp dinh dưỡng cho các tế bào ung thư
- Đặc biệt Fucoidan còn có khả năng rất quan trọng là kích thích và thúc đẩy quá trình tự chết (apoptosis) của các tế bào ung thư; trong khả năng kỳ diệu này, ưu điểm nhất là Fucoidan không kích thích quá trình tự chết ở tế bào bình thường mà chủ đích chỉ nhắm vào các tế bào ung thư
- Giảm tác dụng phụ của hóa trị và xạ trị
- Do được chiết xuất từ tảo trong đại dương, Fucoidan có chứa rất nhiều khoáng chất, protein, cacbonhydrate... giúp cho cơ thể chúng ta được tăng cường hệ miễn dịch, nâng cao sức đề kháng, phục hồi chức năng bạch cầu, hỗ trợ quá trình "đại thực bào" (tiêu diệt virus). Với 1 hệ miễn dịch hoàn hảo, bạn sẽ có thể ngăn ngừa cũng như đẩy lùi căn bệnh ung thư quái ác.

Bạn có thể tìm hiểu cách chiến thắng bệnh ung thư, nên đọc cuốn sách "Amazing Power of Fucoidan" "Sức Mạnh Kỳ Diệu Fucoidan." của Bác Sĩ Nhật Bản Daisuke Tachikawa.

5.Trái Nhàu (Noni)

Trái Nhàu (quả Noni - tên khoa học là Morinda Citrifolia) thường mọc ở vùng nhiệt đới và ôn đới như Việt Nam, Lào, Thái Lan, các quần đảo Nam Thái Bình Dương.

Trong các loại nhàu thì loại nhàu mọc từ quần đảo Tahiti được xem là tốt nhất trên thế giới bởi khí hậu và thổ dưỡng của vùng đất này mang lại. Nghiên cứu cho thấy Noni tại vùng đảo Tahiti này có chứa hơn 150 các vi chất (vitamin, khoáng chất, axit amin) và các hoạt chất sinh học Iridoids. Và phân bố trong 13 nhóm tổ hợp chất Enzymes, Amino acid, Polysaccharides, xơ, vitamin, khoáng chất, Acid béo chuỗi ngắn (Omega), Phytosterols, Glycosides, Scopoletin, Alcaloides, Flavonoids và Hợp chất Terpenoids.

Các hoạt chất sinh học Iridoids có rất nhiều tác dụng tăng hệ miễn dịch, bảo vệ tế bào thần kinh, chống viêm, kháng khuẩn chống oxi hóa, ổn định đường huyết, tăng cường chức năng tim,...

Tác dụng chống ung thư: Trong có có các tổ hợp Iridoids tác dụng ức chế sự hình thành khối u, chống đột biến tế bào, ức chế và kìm hãm sự phát triển của tế bào ung thư. Các thành phần Iridoids (Picroside I, Kutkoside, Oleuropein, ...) có tác dụng đào thải, thu dọn và chống sản sinh các gốc tự do (FR) làm giảm các nguy cơ về bệnh tật.

Trong các hoạt chất Iridoids, hoạt chất chính có nhiều tác dụng đối với ung thư là hoạt chất Phytochemicals. Cố vấn khoa học kỳ cựu của Trung tâm chăm sóc sức khoẻ Quốc gia Hoa Kỳ, tiến sỹ D.L.Davis tuyên bố "phytochemicals có vay lấy khối u và làm dịu chúng. Nó làm ngưng quá trình sinh sôi tế bào ung thư."

Một chuyên gia dịch tễ trường đại học Minnesota, tiến sỹ John Potter, đã phát biểu với tạp chí Newsweek "Mỗi bước trong quá trình hình thành ung thư, phytochemicals làm chậm nó lại hoặc chống lại quá trình đó".

Hơn nữa Noni hứa hơn 150 hoạt chất Iridoids có tác dụng tăng cường hệ miễn dịch giúp người bệnh nhanh chóng phục hồi sức khỏe sau khi phẩu thuật, hóa trị, xạ trị.

Trong một báo cáo của Tiến sỹ Y khoa Steven M. Hall vào tháng 1/1997 "*Một người đàn ông tuổi 75 mắc bệnh ung thư tuyến tiền liệt di căn, chỉ số PSA là 55, tôi đã bổ sung (một nhãn hiệu nước ép noni thông thường) trong liệu trình điều trị cho ông ta theo lối cổ truyền trong vòng 2 tuần, chỉ số PSA của ông ấy chỉ còn 1,1.*"

Trong thống kê của Tiến sĩ Neil Solomon trong quyển "*Noni Juice: How Much, How Often, For What*". (*Nước ép Noni: uống bao nhiêu, bao lâu để làm gì*) nghiên cứu trên 25.000 người, trong đó 2.188 người bệnh ung thư dùng đạt hiệu quả với tỉ lệ 69%.

Nhờ vậy mà nhiều người đã dùng đến Noni để hỗ trợ giúp thoát khỏi ung thư như trường hợp chị Hằng (59 tuổi, là bác sĩ Quân Y, Hà Nội) mắc ung thư đại tràng, chị Hương (TPHCM) ung thư máu, bác Ba (75tuổi, Vũng Tàu) ung thư trực tràng, chị Dũng (TPHCM) ung thư tử cung…

Trong 1 tháng đầu, để tăng hiệu quả điều trị, bạn nên dùng 4 ngày đầu dùng 960ml, những ngày sau 480ml. Sau 1 tháng, nếu sức khỏe ổn, bạn có thể dùng 240ml/ngày.

Nếu có điều kiện kinh tế, bạn có thể dùng loại Noni Tahitian của Mỹ. Nếu không có, bạn có thể dùng trái nhàu Việt Nam. Lấy quả chín và ép lấy nước

uống tươi. Những ngày đầu bạn nên ép uống với liều cao 500ml/ngày. Khi bệnh thuyên giảm thì giảm xuống còn 250ml/ngày cho đến khi hết bệnh.

6. Xạ đen

Cây xạ đen có tên khoa học là *Celastrus hindsii* được phát hiện nhiều nhất ở tỉnh Hòa Bình. Từ lâu, người dân Mường Hòa Bình đã biết sử dụng cây Xạ Đen để làm thuốc.

Y học hiện đại đã công nhận tác dụng hỗ trợ điều trị bệnh Ung thư của cây xạ đen qua công trình nghiên cứu về cây xạ đen của Giáo sư Lê Thế Trung. Bởi thế mà ngày nay cây xạ đen đã được sử dụng rộng rãi trong y học hiện đại. Y học dân tộc đã ghi nhận công dụng phòng và hỗ trợ điều trị bệnh Ung thư hiệu quả của cây xạ đen. Những thành phần trong xạ đen được xác định như Fanavolnoid (chất chống oxy hóa có tác dụng phòng chống U Bướu), Saponin Triterbenoid (có tác dụng chống nhiễm khuẩn), Quinon (có tác dụng làm cho tế bào U Bướu hóa lỏng dễ tiêu).

Cây xạ đen có thể dùng hỗ trợ điều trị bệnh Ung thư như: Ung thư Vòm họng, Ung thư gan, Ung thư phổi, Ung thư cổ tử cung, U nang buồng trứng, U sơ tử cung và các trứng bệnh Ung thư khác cây xạ đen đều có tác dụng hỗ trợ điều trị rất tốt.

Các loại thảo dược và thực phẩm khác

Ngoài ra, còn có các loại dược thảo khác giúp hỗ trợ điều trị ung thư như *cây Xáo tam phân, sâm Tam thất, Sâm Ngọc Linh, Đông trùng hạ thảo, cây trinh nữ hoàng cung, cây lược vàng và các loại thực phẩm chức năng...*

MỘT SỐ MÓN ĂN GỢI Ý

Xin chia sẻ một vài món ăn nhẹ nhàng, lành mạnh phù hợp với người đang điều trị ung thư, bạn có thể tham khảo

1. Món soup Hippocrate

** Lợi ích:* Món ăn này nhiều dinh dưỡng, dễ tiêu hóa nên giúp cơ thể hấp thụ nhanh dưỡng chất.

** Thành phần:* 100g bí đỏ (gọt bỏ vỏ, hạt), 1/2 củ cà rốt (gọt bỏ vỏ), 50 rau cần tây, 1/2 quả cà chua (bỏ vỏ + hạt), ½ củ khoai lang (hoặc khoai tây), 1/4 củ hành tây, 2 tép tỏi, ít muối biển, ít đường nâu (tốt nhất không cho gia vị). Có thể thêm bông cải xanh. Nếu không dùng bí đỏ thì thay toàn bộ là cà rốt.

Liều lượng có thể thay đổi theo tỉ lệ

** Cách chế biến:*

- Tất cả các vật liệu cắt miếng vừa. Cho vào nước ngập vật liệu rồi hầm khoảng 1 giờ. Nhớ đậy nắp kín và để lửa nhỏ.

- Sau khi các vật liệu chín nhừ, để giảm độ nóng, đem xay nhuyễn. Sau đó cho lại lên bếp cho ít gia vị (nếu muốn) khuấy đều và đun nóng 3phút.

** Cách dùng:*

- Dùng trong bữa sáng hoặc bữa trưa thay bữa ăn chính.

2. Cơm gạo lức

Chọn loại gạo lức đỏ (gạo nguyên cám) không dùng chất hóa học.

Cách nấu: Tỉ lệ 1 chén gạo – 2 chén nước. Đem gạo vo sạch rồi nấu bằng nồi thường (*tốt nhất là nồi đất, nấu bằng nồi cơm điện tiện nhưng không tốt bằng*). Khi nước vừa sôi thì tắt bếp. Khoảng 1 giờ sau, cắm bếp lên lại để đến cơm cạn nước. Giảm lửa để cơm chín. Khoảng 20 phút sau là cơm chín.

Có thể pha gạo lức với các hạt khác: đậu đỏ, hạt kê. Tốt nhất ngâm gạo trước đó 12h.

Cách ăn: Ăn cơm với muối mè (CT số 7) hoặc kèm rau luộc (số 5-6). Nhai cơm thật kỹ (*đếm trong miệng khoảng 100 lần trở lên*) nhai đến khi cơm thành nước rồi mới nuốt.

3. Muối mè rang

Trộn loại mè trắng rang vàng trộn với muối hầm (muối biển, ko dùng muối iot) theo tỉ lệ 18/1.

Muối mè chỉ nên giã và trộn đủ 1 tuần ăn, không nên làm nhiều để lâu. Một chén cơm ăn với khoảng 02 muỗng cafe muối mè.

4. Cháo gạo lức

Cách nấu: Gạo đãi sạch nấu với nước với tỉ lệ 1/6-8. Độ đặc hay loãng tùy khẩu vị. Khi nước vừa sôi, tắt bếp. Để 1h sau, bật bếp lên lại đun thêm cho cháo nhừ rồi thêm tí muối.

Nếu ăn buổi sáng thì tối hôm trước cho vào nồi cơm điện để sôi rồi rút điện (hoặc cho vào bình thủy). Sáng mai đổ ra nấu lại 10 phút là có ăn.

Cách dùng: Dùng với dưa củ cải muối hoặc muối mè rang.

*Có thể nấu cùng với bí đỏ, cà rốt, hạt sen, rong biển, đậu đỏ. * Người có vấn đề về đường ruột, tiêu hóa kém, nên rang gạo trước khi nấu.*

5. Sữa bột ngũ cốc

Thành phần: Hỗn hợp các loại ngũ cốc: 5-6 phần gạo lức, 1 phần đậu đỏ. Thêm bột yến mạch, hạt hạnh nhân, hạt kê, ít đậu đen, mè đen. Đem rửa sạch, để khô rồi rang vàng tất cả. Sau đó đem xay thành bột. Có thể dùng độc lập bột gạo lức, bột đậu đỏ. (*mua bột đã làm sẵn ở cửa hàng thực dưỡng*)

Cách làm: Pha với nước sôi (đặc lỏng tùy nhu cầu), khuấy đều và đánh tan. Để khoảng 5 phút cho bột nở rồi dùng. Với người yếu, nên cho lên bếp đun sôi khuấy đều cho bột nở.

Cách dùng: Thêm tí muối biển hoặc rong biển. Ăn khi còn nóng. Thích hợp để ăn sáng.

6. Rau củ hấp (hoặc luộc)

Thành phần: Một hoặc vài món trong hỗn hợp các rau củ: cà rốt, bông cải xanh, măng tây xanh, đậu ve, củ dền, cải bẹ xanh, đậu hà lan, bắp cải.

Cách làm: Rửa sạch rau củ, cắt vừa. Nếu hấp thì cho vào chén rồi đặt vào nồi cơm lúc nấu cơm gạo lức.

Chấm tương Tamari và ăn kèm với cơm.

7. Canh dưỡng sinh

Thành phần: Củ cải trắng (củ và lá), cà rốt, bí đỏ, rong biển, ít muối biển. (Có thể chỉ nấu bí đỏ + rong biển)

Cách làm: Củ cải trắng (cả củ và lá) cắt khúc lớn nấu cho ngọt nước. Lượng nước vừa đủ, không quá nhiều. Cà rốt, bí đỏ cắt nhỏ. Khi nước củ cải sôi, cho vào, đợi nước sôi thì giảm nhỏ lửa. Đến khi chín mềm, cho rong biển vào và nêm với ít muối biển (không muối càng tốt và không cho bất cứ gia vị nào khác). Phần củ cải trắng có thể ăn hoặc vớt bỏ đi.

Cách dùng: Ăn cùng với cơm gạo lức hoặc ăn riêng

8. Nước dưỡng sinh:

Thành phần: Củ cải trắng, cà rốt, bí đỏ.

Cách làm: Chế biến giống món soup dưỡng sinh nhưng không cho rong biển và gia vị. Sau khi hầm chín rau củ đem đi lược bỏ xác, chỉ lấy nước hầm.

Áp dụng cho các trường hợp sức khỏe quá yếu, không thể ăn uống gì được. Dùng khi còn nóng.

9. Nước ép Cà rốt + hoa quả

Thành phần: Cà rốt (70%) còn lại 30% thường xuyên gồm: bông cải xanh, măng tây xanh, rau cần. Luân phiên thêm các loại: củ dền, nho, táo, ớt chuông,

dâu tây, ổi, rau bina. Thỉnh thoảng có thể cho một ít thơm (dứa).

Ép tươi hỗn hợp trên và uống ngay. Không cho vào tủ lạnh. *Lưu ý*: Ép nguyên chất chứ không phải cho nước vào như xay sinh tố rồi vắt lấy nước..

Cách dùng: Uống hỗ trợ điều trị ung thư 2-4 ly/ngày

10. Nước lá đu đủ

Thành phần: 6 lá đu đủ (cả cọng và lá). Chọn loại lá vàng, già (lá đã rụng càng tốt)

Cách làm: Nếu dùng lá tươi, đem nấu với 2 lít nước, để sắc còn 1 lít. Nếu dùng lá khô (sao vàng rồi để dành dùng) nấu với 1,5 lít nước để sắc còn khoảng dưới 1 lít uống thay nước hàng ngày. Cho vào bình thủy uống dần và uống khi còn nóng.

Ban đầu, chỉ nên 1,2 lá để cơ thể thích nghi rồi tăng dần đến 6 lá/ngày. *Tùy điều kiện, có thể cho thêm xạ đen hoặc nấm lim xanh hoặc nấm linh chi…*

11. Trà lá đu đủ

Thành phần: Lá đu đủ sao vàng

Cách dùng: Cho vào bình trà, hãm uống như uống nước trà hàng ngày.

12. Trà đậu đỏ rang – gạo lức rang

Thành phần: Đậu đỏ hoặc gạo lức (hoặc cả 2)

Cách làm: Đem đậu đỏ, gạo lức rửa sạch, phơi khô. Sau đó đem rang vàng thơm (mức độ vàng gần đến cháy nhưng chưa cháy).

Cách dùng: Hãm như hãm trà uống hàng ngày.

13. Nước ép trái Nhàu

Chọn loại trái nhàu chín mềm nhũng. Cho vào rỗ lược bỏ hat, lấy cơm và nước (loại rỗ có lỗ nhỏ vừa đủ để ngăn chặn hạt) Ép và uống tươi. Vì trái nhàu tươi có mùi nòng, cay nên khó uống, có thể cho thêm tí muối.

Nếu đang điều trị ung thư: Dùng từ 200ml – 500ml/ngày. Liều tấn công trong 4 ngày: 1 lít/ngày.

Có thể mua loại nước ép trái nhàu nguyên chất 100%. Nếu có điều kiện mua loại tốt nhất của Noni Tahitian (của Mỹ)

14. Nghệ - mật ong:

Tác dụng: Làm ấm cơ thể (vì bệnh nhân ung thường có thể trạng âm), cải thiện đường ruột, tăng cường chức tiêu hóa, hỗ trợ điều trị ung thư.

Thành phần: 1 củ nghệ tươi bằng ngón cái. Chọn loại nghệ củ to, có màu vàng sậm. Có thể dùng nghệ

bột nhưng không tốt bằng nghệ tươi. - 1 – 2 thìa mật ong (thay đổi tùy khẩu vị). Mật ong chọn loại nguyên chất.

Cách làm: Nghệ rửa sách, cạo sạch vỏ, giã nhuyễn. Cho vào khoảng 50ml nước nóng dầm cho nghệ ra nước. Rồi vắt bỏ xác. Cho mật ong vào và uống khi còn ấm.

Cách dùng: - Vào mỗi buổi sáng 6h – 7h hoặc 8h – 9h tối. Uống liên tục 6 – 8 tuần trong quá trình điều trị.

Làm để uống dần: Vì làm nghệ tươi mất thời gian và cực công nên có thể một lần, cho vào tủ lạnh dùng trong 5-7 ngày. Nhớ làm ấm lại trước khi dùng.

Có thể thay thế nghệ bột nhưng không tốt bằng

15. Nghệ - mật ong - trứng gà chưng cách thủy:

Tác dụng: Tác dụng làm ấm hơn so với chỉ có nghệ và mật ong

Vật liệu: Phần nghệ & mật ong giống ở trên và một lòng đỏ trứng gà (chọn loại trứng gà ta)

Cách làm: Cho lòng đỏ trứng gà + mật ong cho vào nước nghệ. Đánh nhuyễn hỗn hợp trên. Đem chưng cách thủy khoảng 10 phút. Lấy ra ăn giống như bánh Flan. Ăn khi còn nóng.

Cách dùng: Ngày đầu áp dụng: liên tục 5 ngày. Sau đó dùng cách ngày (tuần tối đa 3 lần). Dùng vào mỗi buổi sáng 6h – 7h hoặc 8h – 9h tối.

Uống liên tục 6 – 8 tuần trong quá trình điều trị. *Không dùng cho người ung thư gan hoặc có vấn đề về gan. Chỉ dùng nghệ - mật ong.*

16. Măng tây xanh

Vật liệu: Khoảng 3,4 cọng măng tây xanh.

Cách làm: măng tây rửa sạch. Tước bớt hoặc cắt bỏ phần già. Đem hấp với lửa nhỏ. Khi chín mềm, đem xay nhuyễn.

Cách dùng: Ăn khi còn nóng. Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 4 muỗng canh.

17. Bài thuốc Nha đam Mật ong

Công dụng: Tăng khả năng tiêu diệt tế bào ung thư giúp hỗ trợ điều trị ung thư (áp dụng bài thuốc của Cha sứ đã cứu chữa rất nhiều người)

Vật liệu:

- 1 kg nha đam
- 0,5 kg mật ong nguyên chất
- 3-4 muỗng canh rượu nếp nguyên chất (không pha cồn), mỗi muỗng cỡ 20ml.

Cách làm:

- Nha đam rửa sạch, cắt bỏ gai 2 bên, thái mỏng.
- Cho rượu và mật ong vào xay nhuyễn bỏ trong tủ lạnh dùng trong 10 ngày.

Cách dùng:

- Dùng trước bữa ăn 20 phút.
- Nếu ngăn ngừa ungthư: 1muỗng/lần, ngày dùng 3 lần
- Đang điều trị ung thư: 2muỗng/lần, ngày dùng 3 lần
- Dùng 10 ngày liên tục, nghỉ 5 năm sau đó dùng lại.

**** Lưu ý:*** Theo tài liệu hướng dẫn của Linh mục trong cuốn sách "Cancer can be cured" (Ung thư có thể chữa được), để có được kết quả cao thì nha đam đạt 5 năm tuổi, trước ngày cắt ít nhất 5 ngày không có mưa, không tưới nước. Lúc cắt nha đam phải cắt vào lúc sáng sớm hoặc lúc chiều tối. Khi xay nha đam xong, bỏ vào trong lọ kín (tối) để không có ánh sáng lọt vào. Với hỗn hợp này đã giúp rất nhiều người chữa khỏi bệnh ung thư đường ruột, cổ họng, trực tràng, ung thư gan, vú, tuyến tiền liệt... Bạn có thể áp dụng theo hướng dẫn để tăng thêm hiệu quả điều trị ung thư.

Chương 6

TRỊ LIỆU BẰNG TÂM LINH

Khi chữa bệnh, hầu hết các chuyên gia y tế, các chuyên viên chăm sóc sức khỏe chỉ xử lý các khía cạnh vật chất của bệnh, không để ý đến nguồn gốc sâu sa của căn bệnh. Người bệnh cũng chỉ quan tâm đến liệu pháp điều trị nhưng ít ai để ý tới thay đổi lối sống, suy nghĩ, thay đổi hành vi của mình. Đó là lí do nhiều người chữa trị hoài không hết vì cái gốc của bệnh không được giải quyết.

Bệnh xuất phát từ nhiều yếu tố bên ngoài nhưng phần lớn bệnh xuất phát từ chính người bệnh. *"Người bệnh tự gây bệnh ra cho mình và tự mình làm cho mình nặng thêm"*.

Ngày nay, chữa bệnh bằng phương pháp Tâm Linh được các chuyên gia sức khỏe quan tâm nhiều hơn. Bạn đã từng nghe những câu chuyện về Thiền chữa được bệnh ung thư? Niệm Phật hay cầu nguyện Chúa chữa được bệnh ung thư?

Nhiều người khi mới nghe qua sẽ nghĩ đây là những câu chuyện hoang đường, là mê tín và hoàn toàn không có thật. Vì căn bệnh ung thư là căn bệnh nan y, là nguyên nhân gây tử vong thứ hai trên thế giới. Nền y học hiện đại đã áp dụng rất nhiều cách nhưng đôi khi còn bó tay. Huống chi chỉ vài buổi Thiền, vài câu niệm Phật thì làm sao có thể chữa được bệnh ung thư?

Thực tế, nhiều người bệnh sau khi từ chối điều trị theo Tây y, nhờ ăn chay, tụng kinh niệm Phật hay cầu nguyện Chúa đã chữa khỏi được bệnh ung thư. Có phải là yếu tố may rủi? Tâm linh? Mê tín?

Những phần được trình bày sau đây sẽ giúp người bệnh hiểu nguồn gốc sâu sa của căn bệnh của mình. Từ đó, kết hợp điều trị đông y, chế độ ăn uống, người bệnh có thể "*tự mình chữa lành*" căn bệnh của mình.

Bệnh do tâm sinh

Nếu do thói quen ăn uống, sinh hoạt sai lầm, do thức ăn nhiễm độc, do môi trường ô nhiễm… gây nên bệnh. Ta gọi là Thân bệnh. Nhưng theo Đông y và cũng theo lý giải của nhà Phật, phần lớn "*Bệnh do Tâm mà ra*"

Có quá nhiều yếu tố khiến cho tâm trí của chúng ta luôn chất chứa những bất an, lo lắng cùng thói tham vọng, sân si của đời thường. Cảm giác không hài lòng, không vị tha, ích kỷ, hơn thua nhau luôn tồn tại trong mỗi con người. Từ việc nhỏ đến việc lớn, bất luận là người giàu hay người nghèo. Chẳng hạn như hằng ngày ra đường, bực dọc vì nạn kẹt xe, về nhà cáu gắt vì chuyện gia đình… Trong công việc, nhân viên áp lực vì chạy đua doanh số, buồn bực vì sếp la, đố kỵ vì người kia tăng chức mình thì không, có nhiều ý nghĩ ganh ghét, ích kỷ, hơn thua nhau giữa bạn bè, đồng nghiệp… Và trong đời, đôi khi trong cuộc sống, chúng ta phải đối diện nhiều biến cố khiến tinh thần suy sụp như bị mất việc, li hôn, trong nhà có người mất… Nhiều và rất nhiều… chúng ấp ủ và dồn nén lâu ngày dần dần tích trữ trong cơ thể rồi đến lúc sinh bệnh. Nhà Phật gọi đấy là "*Bệnh do Tâm mà ra*"

Chúng ta dễ dàng nhận thấy những người vui vẻ, cởi mở, hoạt bát thì họ có sức khỏe tốt hơn, ít bệnh tật hơn, chất lượng cuộc sống tốt hơn. Ngược lại những người hay lo lắng, u sầu, cáu gắt, ganh ghét, sân hận… họ dễ mắc bệnh hơn. Và khi mắc bệnh họ khó chữa hơn.

Những nghiên cứu cho thấy, khi tâm trạng vui tươi, yêu đời, lòng tràn ngập tình yêu thương… cơ thể sẽ tiết ra chất hóa học Endorphins và Enkepphalins giúp tăng năng lượng, tăng số lượng các tế bào lymphocyte T giúp tăng sức mạnh làm tăng hệ thống miễn dịch nên ngăn chặn được sự xâm nhập của bệnh tật.

Ngược lại, trạng thái lo lắng, âu sầu, căng thẳng, giận dữ… cơ thể sẽ tiết ra hormone Adrenaline làm giảm khả năng miễn dịch dẫn đến các cơ quan suy yếu làm tăng thêm nguy cơ bệnh tật. Thực tế minh chứng khi chúng ta giận dữ, tim đập nhanh, mặt đỏ bừng, ăn không ngon miệng. Hay làm việc căng thẳng, dạ dày tiết ra độc tố làm thức ăn tiêu hóa kém gây nên bệnh đau dạ dày.

Y học đã chứng minh rằng khi ta giận dữ, tinh thần lo lắng bất an, các hạch nội tuyến tiết ra đầy độc tố đi vào huyết quản của ta. Khi tức giận hay là quá ưu

phiền, các bạch huyết cầu của ta bị giảm sút nhanh chóng dưới mức an toàn, nó sẽ làm hại đến hệ thống miễn nhiễm (Immune system) trong cơ thể của ta. Khi hệ miễn dịch của chúng ta bị suy giảm, khả năng thanh trừ các tế bào ung thư bị suy giảm nên dần dần để các tế bào đó phát triển thành khối u gây bệnh ung thư.

Rõ ràng tâm trạng, cảm xúc tích cực hay tiêu cực, vui tươi hay buồn lo của ta phần lớn đều ảnh hưởng đến sức khỏe của ta.

Tâm lý quyết định hiệu quả chữa bệnh

Trong một nghiên cứu của Viện nghiên cứu Ung thư Quốc Gia của Mỹ cho thấy: Các chuyên gia có thể đoán được 100% khả năng người bệnh đó có thể chiến thắng được căn bệnh ung thư hay không. Họ không căn cứ vào kích thước khối u lớn hay nhỏ, nằm ở vị trí nào, giai đoạn nào, cũng không căn cứ vào kết quả xét nghiệm, vào các số liệu máu. Mà hoàn toàn căn cứ vào "*Tâm trí*" người bệnh. Chính *"Tâm mới là gốc rễ của vấn đề"*.

Khi tâm lý lo lắng, căng thẳng, áp lực khiến cho hệ miễn dịch bị suy yếu nên khả năng chống chọi bệnh rất kém và việc điều trị trở nên mất công hiệu.

Lo lắng làm cơ thể ngã quỵ

Tôi nhớ câu chuyện về Mẹ của tôi. Năm đó, mẹ tôi cùng những người bạn đi Phan Rang – Ninh Thuận chơi tiện thể ghé bệnh viện ở Phan Rang kiểm tra tổng quát. Qua kiểm tra, bác sĩ kết luận trên xương xườn mẹ tôi có xuất hiện khối u nghi là ung thư. Trời đất như đỗ sụp. Đang trạng thái vui tươi với các chị em trong đoàn, tinh thần mẹ tôi sa sút hẳn. Về đến nhà, với bao lo lắng nếu có chuyện gì thì ai sẽ lo cho chúng tôi (ba tôi mất sớm, tôi và các em tôi lúc đó còn quá nhỏ) mẹ tôi bỏ ăn, sức khỏe suy sụp hẳn rồi đỗ bệnh nằm một chỗ. Họ hàng lo quá mới khuyên mẹ tôi vô sài gòn để kiểm tra lại cho chính xác. Đi hết 4 bệnh lớn ở sài gòn, các bác sĩ đều kết luận mẹ tôi không có vấn đề gì. Không có bất cứ u nào ở xương. Qua nhiều kết luận vậy, mẹ tôi mới nhẹ nhàng và tươi tỉnh trở lại. Bạn thấy đấy, *mẹ tôi suy sụp đến bị ngã bệnh không phải thực sự vì khối u đó có hay không mà chính tâm trí mẹ tôi quá lo lắng mà sinh ra bệnh.*

Đỗ bệnh do nóng giận

Một câu chuyện khác, câu chuyện kể về ông Norman Cousin, là một nhà báo chủ bút tờ Saturday Review. Ông được mời tham dự một buổi tiếp tân quan trọng tại một biệt thự ở Nga cách Mạc Tư Khoa

nơi khách sạn ông ở là 40 Miles. Ông kêu taxi đi trước hai tiếng đồng hồ, mục đích ông đến trước giờ khai mạc một tiếng để săn tin hành lang, đồng thời để phỏng vấn những nhân vật quan trọng trong chánh phủ. Nhưng anh lái taxi cứ chạy vòng vo lạc đường đến trễ một tiếng. Ông Norman là người Mỹ nóng tính, ông nổi điên mắng chữi anh tài xế, nhưng ông chữi thì chỉ có ông nghe thôi ! Vì anh tài xế đâu có biết tiếng Anh để nghe ông chữi đâu !. Đến khi tìm được địa điểm, thì buổi tiếp tân đã tan, chỉ còn thưa thớt ít người. Ông nuốt bao nhiêu giận tức anh tài xế, rồi trở về Mỹ, ông phải vào bệnh viện ngay. Bởi sự tức giận đã tàn phá cơ thể của ông suy kiệt, với những chứng bệnh không thể ăn ngủ được, trong người luôn bức rức trầm trọng và xuống cân, hốc hác hẫn ai cũng ngạc nhiên.

Toàn bộ sức khỏe của ông suy sụp hoàn toàn, bác sĩ không thấy ông có bệnh gì, mà sao suy kiệt quá ! Mẫu người thông minh, ông nhận thức ra ngay là "Bệnh này do chính ông gây ra vì nóng giận uất ức". Chính ông mở cửa tâm hồn mời giận tức vào tàn phá tinh thần và thể xác ông, chính ông đem giặc vào đập phá ngôi nhà thể xác ông ! Ông thấy mình cần thay đổi ngược lại, bằng cách tìm những cảm xúc tích cực. Ông liền đi chơi vùng biển để hít không khí trong lành, ăn uống những món ăn bồi dưỡng, tìm xem những vở hài

kịch và tìm đọc những mẫu chuyện vui. Mục đích ông tìm những trận cười thoải mái làm cho tinh thần ông vui tươi. Ông không ngờ thay đổi cách sống, sức khỏe của ông hồi phục một cách mau chóng. Sau đó ông viết một quyển sách về tâm sinh bệnh lý với nhan đề *"Anatomy of an illness" (Phân tích một chứng bệnh)* bán chạy nhất khắp thế giới.

Qua 2 câu chuyện trên, chúng ta thấy Tâm trí có ảnh hưởng rất lớn đến cơ thể chúng ta. *"Một suy nghĩ của chúng ta nó có thể điều khiển cả 60 nghìn tỉ tế bào trong cơ thể. Nó có thể làm tăng thêm sức mạnh của tế bào hoặc ngược lại nó làm cho các tế bào trở nên suy yếu"*. Tâm trí có sức mạnh trong việc trị liệu, nếu bạn không có niềm tin, không có ý chí, tâm trí không an lạc, thanh tịnh thì không thể điều trị có kết quả.

Tôi được nghe một câu chuyện về hai anh em. Người em được chẩn đoán là mắc ung thư. Trong đợt đi chữa trị, người anh đi cùng người em. Sẵn tiện, người anh cũng kiểm tra để nắm tình hình sức khỏe. Kết quả không ngờ người anh cũng mắc bệnh ung thư. Anh thật sự không ngờ mình cũng mang trên mình căn bệnh ung thư quái ác. Anh trở nên lo lắng âu sầu, không cam tâm. Vì quá lo lắng, suy nghĩ nhiều về bệnh mà chỉ 3 tháng sau anh ra đi. Trong khi người em lạc

quan, có niềm tin và ý chí để chữa trị thì người em đã cứu sống.

Một câu chuyện khác mà tôi chứng thực từ đầu, chị Vinh (ở Gò Vấp) mắc ung thư vú và chị Lan (Mỹ Tho) ung thư tử cung. So với chị Vinh, chị Lan nặng hơn đã giai đoạn 3B, còn chị Vinh mới giai đoạn 2 và hoàn toàn có khả năng chữa trị. 2 chị áp dụng cách chữa như nhau như chỉ sau 6 tháng chị Lan khỏi bệnh trong khi đó chị Vinh mất gần 1 năm bệnh mới được đẩy lùi. Chị Lan tâm trạng vui tươi hoạt bát và không có thái độ lo lắng. Còn chị Vinh thì thường xuyên lo âu, về nhà lại hay cáu gắt với chồng con khi họ làm điều không vừa ý.

Vì vậy nếu lo lắng, phiền não… bạn đã mất đí 50% cơ hội chiến thắng bệnh. Vì cơ quan chức năng chống ung thư giảm và tạo điều kiện để tế bào ung thư phát triển nhanh. Đó chính lí do vì sao nhiều người bệnh khi nghe tin mình mắc ung thư đã suy sụp tinh thần làm bệnh tật phát triển nhanh thêm và đưa nhanh đến một cái chết. Nói cách khác "*Bạn đã trúng một mũi tên nhưng chính bạn tự làm cho mình trúng thêm mũi tên thứ hai*".

Tuy nhiên, khi mang trên mình căn bệnh ung thư, bảo họ không lo lắng, không suy nghĩ, bảo họ hãy lạc

quan, vui tươi... là điều quá khó. Nhất là căn bệnh làm họ ăn không được, ngủ không ngon, cơ thể lúc nào cũng mệt mỏi, toàn thân đau nhức thì làm sao họ có thể lạc quan, tươi vui được. Để làm được điều đó, tự thân người bệnh sẽ khó mà thực hiện. Vì vậy người bệnh cần sự hỗ trợ của nhiều phương pháp để giúp chữa trị tinh thần, chữa trị bằng tâm linh.

Thiền trong trị liệu Ung thư

Đã nhiều thập kỷ nay, yếu tố Tâm linh trong điều trị ung thư được nhiều các chuyên gia ung thư quan tâm và chú ý đến như là một phương pháp trị liệu. Chẳng hạn như Thiền, Cầu nguyện Chúa, Niệm Phật hay một vị nào đó mà bạn tín ngưỡng.

Trong trị liệu ung thư, không có bằng chứng khoa học nào khẳng định thiền định có hiệu quả chữa trị ung thư. Nhưng thực tế thiền đã giúp nhiều người ung thư cải thiện chất lượng cuộc sống, tăng cường thể trạng từ đó bệnh được đẩy lùi.

Nếu bạn theo dõi nhiều bài báo bạn sẽ được nghe nhiều câu chuyện nhờ Thiền, giúp chữa khỏi bệnh ung thư. Cụ thể gần đây báo chí có nêu về trường hợp điển

hình về sự kỳ diệu của thiền, đó chính là cô Hồ Thị Thu (59 tuổi ở thôn Hội Vân, xã Cát Hiệp, huyện Phù Cát, tỉnh Bình Định) mỗi ngày dùng đến gần chục tiếng đồng hồ để ngồi thiền. Nhờ thiền đã chiến thắng căn bênh ung thư hiểm nghèo. Đến nay sau 17 năm, từ một người chữa bệnh, cô mở trung tâm và đã giúp nhiều người thực hành thiền để chữa bệnh và nhiều ca ung thư nhờ Cô Thu đã chữa trị thành công.

Vì sao Thiền có thể giúp chữa bệnh ung thư?

Cuộc sống của chúng ta có quá nhiều suy nghĩ, lo lắng, sân hận, bất an tích trữ hàng ngày. Nó như một tấm vách chứa đầy những bụi bẩn. Và Thiền như phương pháp tẩy rửa đi những bụi bẩn đó. Thiền giúp thanh lọc, giảm bất an lo lắng, giúp tâm trí nhẹ nhàng, không còn căng thẳng.

Những nghiên cứu cho thấy thiền thường xuyên có thể làm giảm đau đớn, lo lắng, cải thiện tình trạng cao huyết áp, cholesterol, giảm rối loạn căng thẳng. Thiền sẽ giúp thư giãn, cải thiện tâm trạng, làm tâm trí tỉnh táo và sáng suốt hơn, tăng cường chức năng miễn dịch nâng sức chống đỡ của cơ thể từ đó bệnh tật giảm dần và tiêu trừ.

Có nhiều phương pháp thiền khác nhau như Thiền Định, Thiền Yoga, Thiền Vipassana... Phương

pháp Thiền nào cũng mang lại hiệu quả giúp cho người bệnh thanh lọc tâm trí, giúp tâm trí nhẹ nhàng thanh tịnh.

Một phương pháp hành thiền ngày nay được người ta chú ý để giúp nâng cao hiệu quả chữa bệnh là phương pháp Thiền của môn trường Sinh học. Cách thức cũng giống các môn khác nhưng có khả năng kích thích hoạt động của các luân xa nên phát huy tác dụng nhanh hơn và có hiệu quả trong chữa bệnh nhiều hơn.

Theo quan niệm của Phương Đông, con người là một tiểu vũ trụ có khả năng tiếp nhận năng lượng từ bên ngoài. Trên thân thể con người có xác định 7 trung tâm năng lực mà phương Tây gọi là điểm xoáy, còn Phương Đông gọi là các luân xa. Tuy không nhìn thấy nhưng 7 luân xa này mang nhiệm vụ rất quan trọng. Mỗi luân xa tập trung vào một trong bảy tuyến nội tiết của cơ thể và nhiệm vụ chính của nó là sản xuất các hormone. Chính các hormone điều hành toàn bộ các chức năng của các cơ quan nội tạng.

Nếu hoạt động của các luân xa này mạnh mẽ thì con người sẽ có một cơ thể mạnh khỏe, dồi dào sinh lực. Nhưng nếu một trong các luân xa hoạt động trì trệ thì dòng sinh lực của cuộc sống bị bế tắt nên dẫn đến bệnh tật và già nua.

Đây là phương pháp thiền rất khó thực hiện. Tuy nhiên nếu thực hành thành công, các luân xa được khai thông và hoạt động lại thì cơ thể sẽ được tiếp thu năng lượng và đưa đến các vùng bị bệnh, điều chỉnh và cân bằng lại nên người bệnh sẽ dần dần hết bệnh.

Mặc dù khoa học chưa chứng minh Thiền có thể chữa được ung thư mà chỉ xem Thiền là một phương pháp chữa bệnh tâm trí (Tâm bệnh). Nhưng thực tế, chúng ta phải công nhận là Thiền mang lại rất nhiều lợi ích cho không chỉ cho người bệnh mà cho tất cả mọi người.

Các phương pháp thiền không tốn kém và không phân biệt dân tộc hay tôn giáo nên bất cứ ai cũng có thể thực hành. Vì thế, để nâng cao hiệu quả chữa trị ung thư, bạn nên dành thời gian mỗi ngày ít nhất 30phút – 1giờ để hành thiền. Tuy nhiên, để thực hành đúng bạn nên tham gia các khóa thiền để được hướng dẫn bởi những người có kinh nghiệm. Nếu tự tập và thiền không đúng cách có khi lại mang kết quả ngược lại.

Sức mạnh của Niệm Phật giúp chuyển hóa tế bào ung thư

Hẳn bạn đã từng nghe nhiều người nói về Niệm Phật giúp chữa ung thư? Mê tín và hoan đường không? Thực tế đã có rất nhiều câu chuyện nhờ Niệm Phật chuyển hóa tế bào ung thư. Như câu chuyện của thầy Chân Pháp Đăng ung thư trực tràng, bà Tâm bị ung thư tử cung, sư cô Quảng Phước, và nhiều câu chuyện khác nêu ở phần sau "*câu chuyện chứng thực*" hoặc ở *www.NiemPhatChuaUngthu.com*

Trong cuốn sách "*Niệm Phật để chuyển hóa tế bào ung thư*" được Pháp sư Đạo Chứng chia sẻ về kinh nghiệm chữa bệnh ung thư của mình và chia sẻ rất

nhiều kiến thức để chúng ta hiểu về lợi ích của việc Niệm Phật và công năng kỳ diệu của Niệm Phật giúp chuyển hóa tế bào ung thư.

Pháp sư Đạo Chứng (Tục danh: Bác Sĩ Quách Huệ Trân) từng là một bác sĩ chuyên điều trị ung thư nhưng lại mang trên mình căn bệnh ung thư. Nhưng nhờ phép màu của Phật pháp, Pháp sư đã thoát khỏi căn bệnh ung thư của mình và giúp đỡ nhiều người khác thoát khỏi ung thư.

Sức mạnh vi diệu của câu Niệm Phật

Câu Niệm Phật rất vi diệu, từ một người từ cõi chết, nhờ sức mạnh của Niệm Phật nhiều người đã trở về cuộc sống bình thường. Tại sao Niệm Phật là có thể giúp chữa ung thư?

Tại viện ung thư Hoa Kỳ, âm nhạc đã được đưa vào để giúp chữa bệnh ung thư. Âm nhạc trị liệu là sử dụng âm nhạc khác nhau phù hợp cho từng loại bệnh để nâng cao hệ miễn dịch, giúp giảm đau, giảm căng thẳng, giảm các triệu chứng buồn nôn…thúc đẩy quá trình chữa bệnh và nâng cao chất lượng cuộc sống cho bệnh nhân. Tại trường Y, môn âm nhạc trị liệu cũng được đưa vào thành một môn học như các môn khoa học khác.

So với thứ âm nhạc mà chúng ta thường nghe, câu niệm "A Di Đà Phật" là loại âm nhạc vi diệu hơn rất nhiều. Câu niệm "A Di Đà Phật" như một thứ âm nhạc có công năng chữa bệnh rất kỳ diệu. Câu "A Di Đà Phật" hàm chứa tâm từ bi, yêu thương hoan hỉ. Chính vì vậy trong Đạo Phật, Đức Phật A Di Đà còn được gọi là Phật Hoan Hỉ Quang nên thường niệm danh hiệu ngài sẽ giúp tâm hoan hỉ, yêu thương tạo thêm sức miễn dịch giúp khử trừ mọi bệnh tật. Đức Phật A Di Đà còn xưng là Vô Thượng Y Vương tức là vị vua của tất cả các thầy thuốc. Vì thế khi thành tâm, hoan hỉ thường niệm danh hiệu A Di Đà Phật chính là liều thuốc bổ tốt nhất. Điều này một phần có thể giải thích vì sao nhiều người càng niệm Phật da dẻ càng hồng hào, tươi tắn, khỏe mạnh.

Vì vậy đối với những tế bào bị hỏng như tế bào ung thư, nhờ sức mạnh của cầu nguyện, câu niệm Phật A Di Đà, sức mạnh của tâm yêu thương các tế bào ung thư có thể chuyển hóa thành tế bào khỏe mạnh. *Thực chất tế bào ung thư cũng giống tế bào thường nhưng bị lỗi. Như một đứa trẻ bình thường nhưng do môi trường tác động nên trở nên hư hỏng. Nếu bằng tình yêu thương ta cảm hóa, giáo dục thì qua một thời gian, đứa trẻ xấu dần dần trở lại bình thường như trước kia.* Tế bào ung thư cũng vậy, nhờ tâm từ bi, tâm niệm Phật mà dần

dần chuyển hóa thành tế bào thường. Nhờ thế mà người bệnh ung thư khi thành tâm, kiên trì cầu nguyện, niệm Phật có thể thoát khỏi bệnh tật trở về đời sống bình thường.

Hơn nữa, theo lí giải của nhà Phật, việc Niệm Phật và lạy Phật sẽ giúp giải trừ những "*nghiệp chướng*". "*Nghiệp*" là hành vi, "*chướng*" là chướng ngại. "*Nghiệp chướng*" là những hành vi được tích lũy từ rất lâu trong quá khứ đã tạo ra chướng ngại vật cho thân thể và tâm lý. Hành vi trong quá khứ bao gồm cả hành động, lời nói, ý nghĩ tạo thành 3 nghiệp "*Thân – Ý – Khẩu*".

Khi niệm Phật, từng câu niệm liên tục trong đầu, không có một lời nói tạp nào khác chen vào. Khi lạy Phật, từng động tác nhẹ nhàng, mềm mại chậm rãi với lòng tôn cung kính. Sự kết hợp của hành động, tâm trí tạo cho Thân và Ý đều thanh tịnh. Khi đó những chướng ngại như được gọt rửa và trôi đi dưới làn nước mát ngọt dịu của câu niệm Phật. Khi Thân và Tâm trở nên thanh tịnh tự nhiên cơ thể có thể phát ra những năng lực tiềm ẩn, làm tăng sinh lực cho các cơ quan chức năng trong cơ thể. Nhờ thế mà sức khỏe người bệnh kháng kiện hơn có khả năng chống lại ung thư.

Tại sao có người thành công, có người không?

Nhiều người đã nhờ Thiền, cầu nguyện hay Niệm Phật giúp thoát khỏi bệnh ung thư. Nhưng cũng có người thực hiện không có kết quả. Phần lớn là do họ thực hành không đúng. Người ngồi thiền mỗi ngày 5,6 tiếng, thiền hàng tháng trời, người Niệm Phật rất nhiều nhưng có Niệm bao nhiêu mà miệng niệm nhưng tâm không niệm cũng không có kết quả. Miệng niệm mà tâm lúc nào cũng lo lắng, lòng không thanh tịnh, cuộc sống hằng ngày vẫn còn nhiều chất chứa sân si làm sao có hiệu quả.

Để Niệm Phật mang lại hiệu quả, khi niệm cần chuyên tâm và kiên trì, lúc niệm cả miệng niệm, tâm niệm và ý cũng niệm. Niệm với lòng thành tâm và cung kính Đức Phật. Trong cuộc sống hàng ngày, tự mình thực hành các điều thiện, yêu thương và giúp đỡ người khác, Từ Bi hỷ xả, không giận hờn oán trách. Nếu có điều kiện thì phóng sanh cứu mạng. Phóng sanh chim cá, con vật gì cũng được.

Hơn nữa, nếu người bệnh được người thân trong gia đình, bạn bè và càng nhiều người cùng Niệm, cùng cầu nguyện cho người bệnh thì càng có thêm sức mạnh, có thêm nhiều oai lực giúp càng giúp cho người bệnh càng nhanh chóng thoát khỏi bệnh.

Không chỉ với Phật pháp...

Sự cầu nguyện hay niệm Phật không chỉ với người theo tôn giáo Phật mà với bất kỳ ai, có hoặc không có tôn giáo. Nếu bạn tôn thờ và tín ngưỡng tôn giáo khác thì bạn có thể cầu nguyện và niệm tên vị Thánh mà bạn tôn thờ. Tôi cũng từng nghe nhiều câu chuyện nhờ cầu nguyện Chúa mà giúp chiến thắng bệnh ung thư như câu chuyện về chị Kim Thoa (Bến Tre) ung thư vú di căn phổi, câu chuyện bà Tâm (sống ở Úc) ung thư vú và gan, chị Dung (Quảng Nam) ung thư bao tử nhờ cầu nguyện Chúa mà giờ có thể thoát bệnh ung thư trở về cuộc sống bình thường. Bạn xem các câu chuyện tại *www.cachchuabenhungthu.com*

Sức mạnh kì diệu của tình yêu

Một tiến sĩ người Nhật Masaru Emoto đã có một thí nghiệm. Ông đặt cơm vào 3 lọ thủy tinh. Lọ thứ nhất ông ghi vào đó dòng chữ "*I love you*" (*tôi yêu bạn*), lọ thứ hai ghi "*I hate you*" (*tôi ghét bạn*) và lọ thứ 3 để trống. Mỗi ngày ông nói "*I love you*" vào lọ thứ nhất và "*I hate you*" vào lọ thứ hai, lọ thứ ba ông lờ đi. Những ngày đầu tiên không có sự khác biệt gì giữa các lọ cơm. Nhưng bắt đầu từ ngày thứ 10 trở đi, lọ thứ nhất có lên men màu trắng, lọ thứ hai bắt đầu xuất hiện vết thẩm màu, lọ thứ ba thì xuất hiện những vết mốc đen. Sau một tháng làm thí nghiệm, lọ cơm thứ nhất "*I love you*" lên men và có mùi thơm dễ chịu, lọ

thứ hai "*I hate you*" thẫm màu và mục nát. Lọ thứ ba lờ đi thì có nhiều phần mốc đen và có mùi rất khó chịu.

Nhưng câu chuyện chưa dừng ở đó. Ông mang 3 lọ cơm đến một trường tiểu học và nhờ các em học sinh nói "*I love you*" vào cả 3 lọ cơm. Sau một thời gian, cả 3 lọ cơm đều có mùi dễ chịu, kể cả lọ cơm bị hỏng. Điều đó chứng tỏ, những thứ đang chết và mục rỗng cũng có thể hồi sinh nhờ sự quan tâm, lời nói từ tế với lòng yêu thương.

Ông Masaru Emoto cũng làm hàng nghìn các thí nghiệm khác với nước. Hơn 10 năm ông ghi lại hình ảnh của các tinh thể nước khi cho tiếp xúc với những ngôn ngữ khác nhau. Và ông ghi nhận kết quả khác nhau hoàn toàn phụ thuộc vào suy nghĩ tích cực và tiêu cực, trạng thái vui tươi hay buồn lo.

Khi cho nước tiếp xúc với các ngôn từ "Bạn đáng yêu", "Bạn rất xinh đẹp", "Cảm ơn", "tôi yêu bạn" "Hãy cố lên", "Bình an", "Hạnh phúc" hoặc cho nước nghe những bài nhạc êm dịu, ngắm những bông hoa xinh đẹp... thì hình ảnh tinh thể nước mà ông ghi nhận được rất đẹp, long lanh như những bông hoa tuyết mùa đông.

Ngược lại, khi cho nước tiếp xúc ngôn từ "tôi ghét bạn", "bạn thật đáng ghét", "Đồ ngốc", "Hãy đợi đấy",

“Bạo lực” hoặc cho nghe bài nhạc kích động... thì nước không kết tinh thể hoặc nếu có thì cho ra những hình ảnh sần sùi, xấu xí.

Tất cả hình ảnh tinh thể nước khi cho tiếp xúc với những ngôn từ khác nhau rõ ràng phản chiếu rõ ràng ảnh hưởng của cảm xúc tích cực hay tiêu cực lên sức khỏe của chúng ta. Trong cơ thể chúng ta phần lớn là nước. Mới sinh ra, khoảng 95%, khi trưởng thành 70% khi về già 55%.Vậy nên cảm súc làm nước biến đổi có nghĩa cũng làm các tế bào trong cơ thể của chúng ta thay đổi.

Tiến sĩ Emoto đã yêu cầu những người tham gia chương trình của ông làm những thí nghiệm để minh chứng. Và nhiều ông bố, bà mẹ, những giáo viên đã cho đứa con, học trò mình thực hành các thí nghiệm.

Một bà mẹ đã áp dụng để dạy con của mình. Bà có 3 đứa con suốt ngày cứ hay cãi vả, không nhường nhịn nhau. Bà liền yêu cầu các con cùng thực hiện thí nghiệm cơm như trên. Bằng cách bà cho mỗi đứa 3 lọ cơm và cũng ghi vào đó lời lẽ “yêu thương” “đồ ngốc”. Sau 1 tháng, 3 đứa con nhìn kết quả của mình đã không còn cãi vả, gây gỗ nhau mà trở nên yêu thương gắn kết nhau.

Ông Emoto cũng thực hiện nhiều thí nghiệm khác. Ông cho chụp ảnh tinh thể của một nước hồ ứ động. Nơi đây gần như nước ô uế và không có sinh vật nào sinh sống được. Khi quan sát tinh thể trông như một khuân mặt bị biến dạng. Rồi ông mời một nhà sư đọc lại lại rất nhiều lần một bài kinh Phật (500 lần) thì sau khi đọc kinh tinh thể nước tạo thành như tia sáng chiếu từ thiên hà, đẹp lung linh.

Ông cũng chụp cước ở Hồ Uchi, Oklahoma cho ra hình ảnh tinh thể không rõ ràng. Nhưng khi ông triệu tập dân làng sống quanh khu vực gần hồ và đề nghị họ cầu nguyện. Khi chụp tinh thể nước, ông đã nhận thấy tinh thể nước biến đổi theo lời cầu nguyện.

Những hình ảnh cho thấy, tế bào đã bị hư hỏng, đã chết đi nhưng nhờ yêu thương, nhờ cầu nguyện, nhờ kinh Phật đã có thể chuyển hóa và hồi sinh trở lại. Đó cũng phần nào lí giải tại sao có nhiều người Thiền, cầu nguyện, Niệm Phật lại có thể giúp chuyển hóa tế bào ung thư thành tế bào khỏe mạnh để chiến thắng căn bệnh ung thư.

Bạn có thể tìm đọc các cuốn sách của Masaru Emoto để chiêm nghiệm những hình ảnh nước "*The hidden of water*" (Bí mật của nước) "*Messages from*

water" (Thông điệp của nước) "*True power of water*" (Sức mạnh thực sự của nước).

Cái ôm kỳ điệu của người mẹ

Tôi lấy một ví dụ khác về sức mạnh kỳ diệu của tình yêu thương. Cô Karen Wollman khi mang thai đứa con thứ ba đã được bác sỹ thông báo rằng con trai cô sẽ sớm ra đi bởi những bệnh hiểm nghèo. Bệnh thai phù và hội chứng Down khiến cơ thể con cô sưng phù và bị tổn thương nghiêm trọng.

Sau khi chào đời, Renner (tên của đứa bé) chỉ thở một hơi nhẹ bẫng rồi lập tức được đưa đến phòng chăm sóc đặc biệt sống dựa vào máy thở. Các bác sỹ đã phải cho gia đình biết tin buồn, khuyên họ hãy nhanh chóng nói lời chia ly với con trai bởi cơ hội sống sót của bé gần như bằng 0.

Dù bác sỹ đã dự đoán về điều không may ngay từ những tháng cuối thai kỳ, nhưng Cô Wollman không thôi nuôi hy vọng để giữ con trai ở lại thế giới này. Khi con còn nằm trong bụng, mỗi ngày bà mẹ kiên cường đều hát cho đứa trẻ trong bụng nghe bài hát chan chứa niềm tin và tình yêu "Tia sáng nhỏ bé của tôi".

Khi Renner ra đời, đội ngũ y bác sỹ đã thông báo về cái chết diễn ra rất gần của cậu bé. Người mẹ vẫn

luôn hi vọng và nỗ lực để cứu con trai. Cô ôm con vào lòng và nhờ các nhân viên y tế mang đến cho mình một chiếc ghế lắc. Wollman ngồi trên đó, liên tục ôm đứa con bé bỏng và dịu dàng đung đưa cậu bé.

Và rồi phép màu đã xảy ra, tình hình sức khỏe của Renner đột nhiên biến chuyển tốt. Hơi ấm từ vòng tay mẹ và sự đung đưa nhẹ có lẽ đã tạo nên sự khác biệt. Hơi thở của cậu mạnh và rõ ràng hơn. Rồi cậu bé được sống thêm ngày, ngày tiếp theo, tiếp theo nữa... Và cậu bé đã dần dần khôi phục trước con mắt ngạc nhiên của bác sĩ. Các bác sĩ không thể giải thích nổi điều kỳ diệu này, chính họ không thể tin cái thai bị sưng phù lại có thể sống sót. *(Nguồn Telegraph)*

Một câu chuyện khác,

Câu chuyện từ một phụ nữ người Anh tên Carolyn Isbister (đến từ Anh). Cô mang thai và hồi hộp chờ đón ngày con chào đời. Nhưng không may mắn, do Carolyn bị nhiễm trùng tử cung, Rachael - đứa con gái bé bỏng của cô - đã chào đời ở tuần thứ 24 với cân nặng chỉ 500gr. Ngay sau khi Rachael chào đời, các bác sĩ dự đoán bé chỉ có thể sống khoảng 20 phút bởi trái tim yếu ớt của cô bé chỉ có thể đập một lần mỗi 10 giây. Thế nhưng không muốn con mình phải ra đi

trong lạnh lẽo, người mẹ Carolyn đã ôm con vào lòng với tất cả tình yêu thương

Cô Carolyn nhớ lại: "Tôi không muốn rời con, vì thế đã lấy con ra khỏi tấm chăn và áp thật chặt con vào da mình, để con được ấm áp. Chân con lúc đó rất lạnh. Đó là khoảnh khắc duy nhất tôi được âu yếm con và tôi muốn lưu giữ những kí ức này". Nhưng ngay sau đó, điều kì diệu đã xảy ra...

Dường như cái ôm ấm áp, cảm xúc và đầy tình yêu thương của người mẹ đã tiếp thêm rất nhiều sức mạnh cho bé con Rachael. Sau cái ôm ấy, trái tim Rachael bắt đầu đập lại và bé con đã có những nhịp thở yếu ớt. Con bé bắt đầu cất tiếng khóc nhẹ nhàng. Tôi vẫn chưa ngừng hi vọng, tôi quyết không để bé ra đi. Chúng tôi ôm con và cầu nguyện rất nhiều và đợi chờ một phép màu. “Rồi từ từ, má con đã hồng hơn, hơi thở con đã mạnh, mạnh hơn", Carolyn hồi tưởng giây phút giành lại con từ tay thần chết.

Các bác sĩ đã không thể tin vào mắt mình khi chứng kiến toàn bộ sự việc xảy ra. Con bé được tiếp tục chăm sóc đặc biệt và có dấu hiệu phục hồi rất tích cực. 4 tháng sau, khi cân nặng cô bé đạt gần 4kg, Carolyn quyết định mang con về nhà.

Carolyn dường như vẫn không tin vào những điều kì diệu đã xảy ra: "Như một phép màu... Các bác sĩ cho rằng con bé chỉ sống được 20 phút nhưng cái ôm của tôi đã cứu con. Đó là khoảnh khắc tôi không bao giờ quên". (*Nguồn Newben*)

Qua những câu chuyện trên, quả thật tình yêu thương có sức mạnh rất kỳ diệu. Tình yêu thương là chất liệu ngọt ngào nuôi lớn con người, mang lại cho con người niềm vui và hạnh phúc. Những tình yêu thương cũng có sức mạnh có thể cảm hóa, biến những thứ sai lầm trở nên tốt đẹp hơn, chuyển hóa những thứ tưởng đã chết đi nhưng có thể hồi sinh trở lại.

Tế bào ung thư khiếp sợ tình yêu

Một nghệ sỹ chơi đàn Violoncelle Sean của Nhật Bản bị bệnh ung thư, ông đã không ngừng chiến đấu với bệnh tật nhưng xem ra tình trạng ngày một nặng hơn. Thay vì oán trách, buồn phiền, ông đã thay đổi tâm trạng, quyết định chuyển sang yêu từng tế bào ung thư trong cơ thể mình. Ông lạc quan với cuộc sống, mọi việc ông đều luôn thấy vui vẻ và biết ơn các tế bào ung thư. Ông thấy cảm giác này rất tuyệt. Sau đó, ông đã quyết định yêu mọi thứ trong cuộc sống, bao gồm cả mỗi con người và mỗi sự việc.

Sau một thời gian, toàn bộ các tế bào ung thư đã không còn nữa, đây là kết quả nằm ngoài sức tưởng tượng của con người. Sau này, ông trở thành bác sĩ trị liệu nổi tiếng tại Nhật Bản. Đây chính là bản chất của cuộc sống: Tình Yêu.

Căn nguyên của bệnh tật là do trong cơ thể người bệnh thiếu tình yêu thương. Bệnh tật bị đẩy lùi một cách vô điều kiện là nhờ tình yêu thương.

Tần số yêu thương

Một phát hiện mới nhất của Mỹ về sức khỏe của con người liên quan đến các tần số rung động (hay tần số cảm xạ). Mọi vật mang năng lượng đều có một tần số rung động khác nhau. Và cơ thể con người cũng có một tần số rung động. Tần số rung động của con người thể hiện năng lượng trường sinh học bao quanh con người.

Trong báo cáo của tiến sĩ David Hawkins, một bác sĩ rất nổi tiếng ở Mỹ. Ông đã từng làm bệnh án cho hàng triệu người, các chủng loại người khác nhau từ khắp nơi trên toàn thế giới, tất cả đều cho một đáp án giống nhau. Những người có tần số rung động thấp hơn 200 là người đó sẽ bị bệnh, người có tần số rung động trên 200 sẽ không bị bệnh.

Tiến sĩ cho biết, khi quan sát trên người bệnh, ông không nhìn thấy chữ "yêu" mà chỉ thấy chữ "sầu, khổ, phiền muộn" bao bọc toàn cơ thể họ.

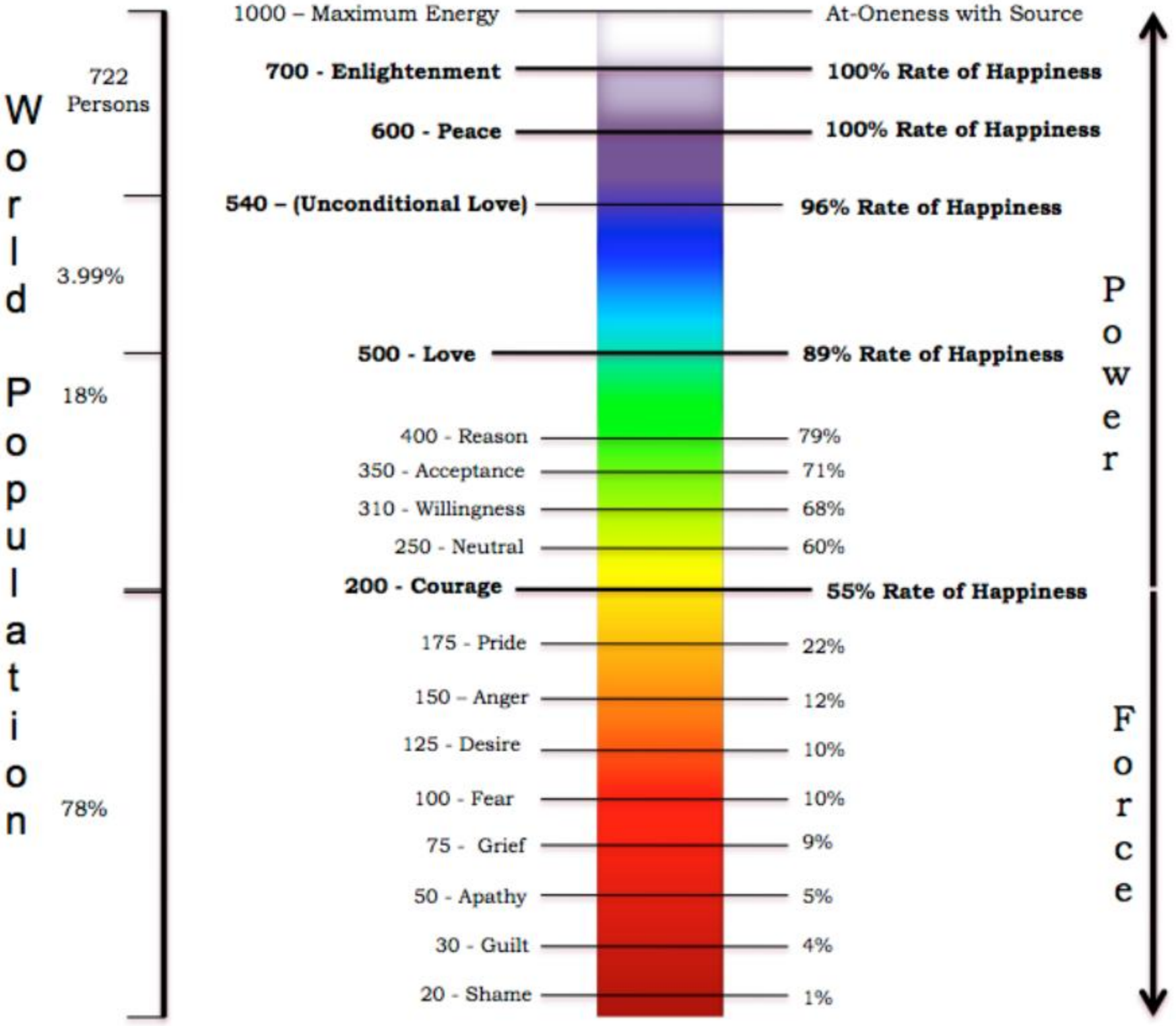
Ông phát hiện ra những người hay phiền muộn, cáu gắt có tần số thấp hơn 200. Những người hay oán giận, chỉ trích, hận thù người khác, tần số của họ chỉ là 30, 40. Trong quá trình trách móc người khác sẽ làm tiêu hao rất nhiều năng lượng của họ vì thế tần số rung động sẽ giảm rất thấp nên có nguy cơ bị mắc rất nhiều loại bệnh.

Chính vì vậy, những người có tính căm ghét, phẫn nộ, hay chỉ trích, trách móc, đố kị, đòi hỏi người khác, luôn tư lợi cá nhân, ích kỷ, không màng đến cảm nhận của người khác sẽ có tần số rung động rất thấp. Tần số rung động thấp là nguyên nhân dẫn đến các bệnh như ung thư, tim v.v. Những suy nghĩ có tần số rung động trên 200 gồm có: quan tâm đến người khác, giàu lòng từ bi, nhân ái, hướng thiện, bao dung, độ lượng, v.v... có sức khỏe dồi dào, minh mẫn, trí tuệ sáng suốt...

Từ góc độ y học, ông Hawkins đã cho rằng "*ý niệm có ảnh hưởng vô cùng lớn đến sức khỏe con người*".

Chỉ số rung động cao nhất là 1000, thấp nhất là 1. Những người quan tâm đến người khác, giàu lòng từ bi, nhân ái, hướng thiện, bao dung, độ lượng có tần số

rung động rất cao 400 – 500. Người có tình yêu thương vô điều kiện có tần số tới 540. Những người đã giác ngộ như những thiền sư, minh sư có tần số đạt tới 700.



Ông Hawkins cho biết, trong cuộc đời ông từng gặp người có tần số rung động cao nhất là 700, năng lượng trong cơ thể rất dồi dào. như khi bà tu sĩ Trisara lên nhận giải thưởng Nobel Hòa bình, không khí cả hội trường rất tốt, tần số rung động rất cao, từ trường

của bà làm cho cả hội trường đều cảm nhận được năng lượng tràn ngập sự tốt đẹp và cảm động từ bà.

Khi người có năng lượng cao xuất hiện, từ trường của họ sẽ làm cho vạn vật trở lên tốt đẹp hơn. Còn với người có suy nghĩ tiêu cực, không chỉ làm tổn hại chính họ mà còn làm cho từ trường xung quanh cũng bị xấu đi.

Đối với nhiều căn bệnh nặng như ung thư, tim mạch, người bệnh cần năng lượng cao ứng với tần số rung động trên 500 (tương đương người có tình yêu thương vô điều kiện, thiền sư,...). Vì theo tiến sĩ Hawkins, ở tần số rung động trên 500 sẽ giúp các hoạt chất Endorphin trong não kích hoạt làm thay đổi hoạt động của các enzyme dẫn đến đánh thức các hệ thống hoạt động của các cơ quan chức năng. Và vì thế mà cơ thể dần dần được phục hồi và bệnh tật được đẩy lùi.

Điều này giải thích vì sao tình yêu thương của người mẹ đã giúp chuyển hóa và phục hồi đứa trẻ tưởng đã chết đi. Giải thích vì sao nhiều người nhận được sự cầu nguyện bằng tất cả tình yêu thương đã chiến thắng bệnh tật.

Tự chữa lành

Tình yêu thương, lòng từ bi, tấm lòng nhân hậu, lương thiện... có tần số rung động cao có thể giúp những tế bào đã bị chết cảm hóa và hồi sinh trở lại.

Vì thế, khi mang trên mình khối u, càng lo lắng, phiền não, sợ sệt... càng làm tần số rung động của càng giảm, sức khỏe càng xấu đi và cơ hội chữa trị càng khó khăn hơn.

Thay vì chăm chăm vào các giải pháp điều trị, hãy tập trung thay đổi bản thân để "*tự mình chữa lành*". Hãy giải phóng những cảm xúc tiêu cực, buông bỏ những lo lắng, ưu phiền, những tham giận sân si. Thay vào đó, hãy luôn giữ tinh thần lạc quan, vui tươi, cởi mở tấm lòng, mang tâm từ bi yêu thương với mọi người, mọi vật và yêu thương cả với các tế bào ung thư. Bạn hãy xem những tế bào ung thư như đứa con phạm sai lầm, thay vì dùng đòn roi để giáo huấn thì bạn hãy dùng tình yêu thương mà cảm hóa tế bào ung thư. Hãy vuốt ve và nói những lời yêu thương với các tế bào hàng ngày, mọi lúc mọi nơi. Hàng ngày, tìm kiếm những công việc vui tươi mà làm, những công việc mang lợi ích cho người khác.

Hãy để tình yêu thương để cảm hóa tế bào ung thư chuyển nó trở thành những tế bào khỏe mạnh.

Chương 7

Tóm tắt 10 bước giúp

CHỮA UNG THƯ TỰ NHIÊN

Tóm tắt lại quá trình chữa ung thư qua 10 bước để giúp cải tạo lối sống, đảo ngược lại nguyên nhân gây ra bệnh, xây dựng lại hệ miễn dịch, tái lập lại cơ thể để cơ thể tự kháng và đẩy lùi bệnh tật.

1. Tập thể dục

2. Tắm nắng

3. Ăn uống trong lành, tự nhiên.

4. Bổ sung dinh dưỡng cần thiết.

5. Uống nước tối đa 1,5lít/ngày

6. Bấm huyệt – Massage

7. Không khí trong lành

8. Đi ngủ trước 10h tối.

9. Hành thiện, yêu thương, giúp đỡ người khác.

10. Thiền định - Niệm Phật - Cầu nguyện

Trong điều kiện tốt nhất có thể, hãy thực hiện 10 bước theo hướng dẫn sau

1. Tập thể dục:

Mỗi ngày dành ra tối thiểu 30phút để tập thể dục. Tùy thể trạng người bệnh, có thể chọn loại thể dục thích hợp như đi bộ, chạy bộ, tập Yoga hoặc bài tập đơn giản dịch cân kinh

Tập thể dục và hoạt động thể chất cung cấp oxy và chất dinh dưỡng đến các mô, giúp quá trình trao đổi chất sẽ diễn ra nhuần nhuyễn và linh hoạt hơn nên các cơ chức năng hoạt động hiệu quả hơn. Hơn nữa, vận động sẽ giúp cải thiện tâm trạng, giúp tinh thần vui vẻ, thoải mái. tăng năng lượng, tăng cường hệ miễn dịch giúp tăng khả năng chóng đỡ lại bệnh.

2. Tắm nắng:

Mỗi ngày dành thời gian 30 - 45 phút mỗi buổi sáng để tắm nắng. Có thể kết hợp tắm nắng với chạy bộ. Chỉ nên tắm nắng trước 8h.

Một lợi ích vô cùng to lớn của ánh nắng mặt trời là giúp cơ thể tổng hợp vitamin D, tăng khả năng hấp thụ canxi và vận chuyển canxi. Khi tiếp xúc với ánh sáng mặt trời làm tăng số lượng bạch cầu, các kháng thể miễn dịch và đặc biệt là khả năng vận chuyển, tiếp chuyển ôxy của hồng cầu để giúp cơ thể tiêu diệt các siêu vi trùng và các vi khuẩn yếm khí.

Ánh nắng còn tác dụng gián tiếp một cách tích cực đến mọi bộ phận trong cơ thể làm tăng chuyển hoá, giúp thận làm việc khoẻ mạnh, tăng chức năng thải độc cho gan, giúp hệ tiêu hoá hoạt động tốt hơn và đặc biệt làm chúng ta cảm thấy vui vẻ, bớt u sầu và trầm cảm hơn.

3. Ăn uống trong lành, tự nhiên.

4. Bổ sung dinh dưỡng cần thiết.

Không có chế độ ăn uống, dinh dưỡng áp dụng chung người bệnh.

Quan sát các phương pháp trị liệu ung thư, câu chuyện của những người bệnh chiến thắng ung thư, không có người nào giống người nào, hơn nữa thể trạng mỗi người khác nhau, giai đoạn bệnh lý, loại bệnh cũng khác nhau nên chế độ ăn uống không giống nhau.

Chẳng hạn, ngoài chế độ ăn uống nghiêm ngặc, một số phương pháp có chế độ dinh dưỡng rất cao và phức tạp. Như phương pháp của Gerson Max tới 13 ly nước ép trái cây, rau quả các loại, bổ sung vitamin và áp dụng công thức thải độc. Chế độ của ông Kelley hơn 180 viên vitamin và khoáng chất, ...

Trong khi một số khác, chế độ ăn uống rất đơn giản như thầy Chân Pháp Đăng, bà Tâm... chỉ ăn chay kết hợp đời sống tinh thần, cầu nguyện và Niệm Phật. Phương pháp của thầy Thích Tuệ Hải hướng dẫn ăn "gạo lức muối mè" theo công thức số 7 của tiên sinh Ohsawa cộng với bài thuốc nam như uống lá đu đủ, trinh nữ hoàng cung,...

Vì vậy, không có chế độ ăn nào áp dụng chung cho người bệnh. Tuy nhiên, bạn có thể dựa trên các nguyên tắc chung, bạn có thể tự lên kế hoạch ăn uống và dinh dưỡng cho riêng mình.

**** Để lên kế hoạch ăn uống và dinh dưỡng, bạn chọn lựa những thực phẩm, cần tuân thủ những nguyên tắc sau:***

5 nguyên tắc

1. Không nuôi dưỡng tế bào ung thư.

2. An toàn, lành, nhẹ để cơ thể dễ hấp thu và ít tạo áp lực cho cơ thể.

3. Có tác dụng khống chế và tiêu diệt tế bào ung thư

4. Tăng cường hệ miễn dịch, tái lập lại cơ thể cân bằng.

5. Tuân theo nguyên tắc cân bằng Âm - Dương

Cụ thể như:

1. *Thực phẩm không nuôi dưỡng tế bào ung thư* như đường, sữa (yaour), thịt (bò, heo, cừu…), đậu nành (sữa đậu nành, đậu hủ).

2. *Thực phẩm lành giúp cơ thể dễ hấp thu* như các món hấp, luộc, ngũ cốc. Không ăn thực phẩm khó tiêu như bún, bánh canh, phở… Không dùng thực phẩm gây hạn chế cho quá trình trị liệu như thực phẩm đóng hộp, thực phẩm chế biến cầu kỳ như chiên, xào, nướng, dùng dầu tinh luyện, lò vi sóng…

3. *Dùng các loại dược thảo có tính kháng và tiêu diệt tế bào ung thư* như lá đu đủ, cà rốt, nghệ, trinh nữ hoàng cung, cây lược vàng, xạ đen, xáo tam phân, fucoidan (tảo Nhật). Trong đó, lá đu đủ là bài thuốc đơn giản, ít tốn kém nhưng đã có nhiều người dùng có kết quả.

4. *Tăng cường hệ miễn dịch:* Các phương pháp tự nhiên chủ yếu là xây dựng lại hệ miễn dịch, tái tạo lại cơ thể nên chế độ dinh dưỡng là rất cần thiết trong quá trình trị liệu. Tùy điều kiện, có thể chọn lựa các cách: nước ép hoa quả, bổ sung vitamin các loại, Hồng Sâm (loại chứa Rg3 cao), nước ép Trái Nhàu (Noni), Sâm tam thất, Nấm lim xanh, nấm linh chi, yến (không dùng các loại yến đóng lon)...

5. *Tuân theo nguyên tắc cân bằng Âm – Dương:* Bất kỳ bạn có chế độ dinh dưỡng nào, nhiều hay ít mà không theo qui tắc cân cân bằng Âm Dương thì hiệu quả thấp, thậm chí không có hiệu quả. Vì thể trạng người bệnh ung thư phần lớn là Âm nên bạn nên tăng cường thực phẩm Dương tính và giảm bớt thực phẩm âm hoặc cực âm. Tỉ lệ nên là 6 Dương – 4 Âm. Những thực phẩm âm phần lớn là các loại rau và trái cây, âm nhiều là nước đá, cam, chanh, nước dừa, các loại thực phẩm chua. Các thực phẩm dương là nghệ, tỏi, cà rốt, củ cải trắng, gạo lức, các loại hạt phần lớn là dương.

**** Chế độ ăn uống và dinh dưỡng gợi ý:***

*(**Ghi chú:** Số thứ tự các món ăn gợi ý ở chương 5)*

- Thay cơm trắng bằng cơm gạo lức (2) với muối mè (3). Có thể ăn kèm rau củ hấp và luộc (6) hoặc

măng tây xanh hấp (16). Có thể ăn ít cá hoặc thịt gà (1-2 lần/tuần). *Tốt nhất thuần chay.*

- 2-4 ly nước ép cà rốt, rau củ (9)

- Nước lá đu đủ (10) hoặc thêm xạ đen, nấm lim xanh tùy điều kiện.

- Nghệ - mật ong (14) hoặc nghệ mật ong trứng gà (15) luôn phiên nhau.

- Mỗi ngày một vóc tay 1 trong các loại hạt: hạt bí, hạnh hạnh nhân, hạt óc chó, hạt chia, hạt dẻ.

- 2-4 muỗng cà phê dầu olive, dầu mè nguyên chất hoặc dầu hạt lanh. Cho vào rau củ hoặc làm món salad. Có thể thay thể bằng 4-6 viên Omaga 369.

- Một số loại vitamin A, C, B, D

- Ăn thêm các loại trái cây nhưng hạn chế các loại trái cây chua. Và không nên ăn ngay bữa ăn, nên ăn vào giữa các buổi.

- Ngoài thực phẩm trên, nếu uống nước, chỉ nên uống thêm lượng rất nhỏ nước gạo lức rang, đậu đỏ rang (12) ngoài ra, không thêm bất kỳ loại nước nào khác.

**** Lưu ý:*** Các loại thực phẩm bạn nên chọn nguồn đảm bảo an toàn. Chẳng hạn:

- Các loại bột ngũ cốc, gạo lức, đậu đỏ rang, mè… bạn nên mua ở các cửa hàng thực dưỡng. Nếu mua trong siêu thị thường không đúng.
- Các loại rau quả, trái cây nên chọn mua từ *nguồn hữu cơ và không dùng thuốc hóa học*…

** Hỗ trợ:*

- Nếu sức khỏe quá yếu, ăn uống khó hấp thu nên ăn các món soup Hippocard (1), cháo gạo lức (4), canh dưỡng sinh (7) nước dưỡng sinh (8). Bổ sung dược thảo khác như nước ép trái nhàu (13) hoặc thực phẩm chức năng khác.

- Trường hợp táo bón có thể dùng bột sắn dây. Mất ngủ ăn trà tim sen hoặc bột củ sen để giúp ngủ ngon.

- Trường hợp sức khỏe quá suy kiệt, nhất là trải qua quá trình hóa trị, xạ trị nên cung cấp dinh dưỡng với hàm lượng cao. Ví dụ: 500ml – 800ml nước ép trái nhàu (13).

** Thanh lọc cơ thể:*

Một tuần nên dành ra 1 ngày để thanh lọc cơ thể bằng cách chỉ uống nước (nước ép hoặc cháo loãng) và không ăn bất cứ thức ăn, trái cây nào khác. Hoặc 1-2 tháng xúc ruột để đào thải độc tố 1 lần (*xem phương pháp xúc ruột ở phần phụ lục*)

**** Lưu ý:***

- Khi áp dụng chế độ này, không cung cấp đạm nên cơ thể sẽ giảm cân nhưng không sao, miễn là người bệnh thấy nhẹ nhàng và mạnh khỏe.

- Cần lưu ý là cơ địa mỗi người khác nhau nên áp dụng không giống nhau. Thời gian thực hiện kéo dài từ 2 – 4 tháng hoặc hơn tùy thể trạng người bệnh. Hơn nữa có trường hợp như huyết áp thấp hay quá cao thì chế độ khác chút. Hãy lắng nghe cơ thể mỗi ngày để cảm nhận. Và cần có sự giúp đỡ của người có chuyên môn.

- Với trường hợp ung thư dạ dày hoặc bệnh về viêm loét dạ dày, không nên ăn trái cây tươi hoặc nước ép hoa quả tươi.

- Trong quá trình thanh lọc, có thể sẽ có biểu hiện như đi cầu phân lỏng hoặc phân đen.

- Chế độ ăn uống khá nghiêm ngặt nên đòi hỏi bạn có ý chí và kiên trì để thực hiện.

**** Sau khi bệnh được đẩy lùi:***

Khi bệnh đẩy lùi, điều đó không có nghĩa là an toàn với ung thư. Chế độ ăn uống có thể mở rộng hơn nhưng ăn uống thận trọng vì mầm móng các tế bào vẫn còn. Nên giữ tính khắc khe cho tới khi an toàn hẳn.

5. Uống nước tối đa 1,5lít/ngày

Lượng nước đưa vào cơ thể chỉ khoảng 1,5lít. Lượng nước bao gồm nước ép, nước lá đu đủ, nước từ thức ăn… Vì so với người bình thường, chức năng thận của người bệnh không tốt bằng nên nếu cung cấp nhiều nước sẽ gây quá tải khiến thận làm việc nhiều nên mệt mỏi hơn. Với người đã qua hóa trị, xạ trị, chức năng thận giảm nên lượng nước đưa vào càng ít.

6. Bấm huyệt – Massage

Ngoài chế độ ăn uống, dinh dưỡng để nâng cao thể trạng, để hiệu quả hơn trong trị liệu tự nhiên, bạn nên kết hợp bấm huyệt và massage theo phương pháp Diện Chẩn. Những động tác bấm huyệt, massage sẽ giúp các kinh mạch khai thông tắc nghẽn từ đó dưỡng chất nuôi dưỡng lại đầy đủ giúp các cơ quan dần dần phục hồi.

Trong điều kiện có thể, bạn thực hiện các thao tác sau. (*Ghi chú: Số thứ tự các thao tác được ghi ở phần hướng dẫn kỹ thuật massage ở phương pháp Diện Chẩn*)

- *Buổi sáng:* ngay khi vừa thức dậy, bạn thực hiện 12 động tác (1). Sau đó, bạn rửa mặt bằng khăn nóng (2).

- *Trong ngày:* lúc nào rảnh, bạn thực hiện các kỹ thuật "tác động 6 vùng phản chiếu bạch huyết" (4) và kỹ thuật massage toàn thân (5)
- *Buổi tối:* Thực hiện động tác thoa chân, làm nóng đôi bàn chân (3) và thực hiện kỹ thuật (4) để thư giãn giúp có giấc ngủ ngon hơn.

Bạn có thể hiểu thêm và vận dụng các kỹ thuật bấm huyệt theo phương pháp Diện Chẩn (*ai cũng có thể học và thực hành được*) để mang lại hiệu quả cao hơn. Nên tìm người có kinh nghiệm về Diện Chẩn để được hướng dẫn.

7. Không khí trong lành

Người ta nói con người có thể nhịn ăn 3 tuần, nhịn khát 3 ngày nhưng chỉ có thể nín thở được 3 phút. Rõ ràng không khí quan trọng trong cuộc sống của chúng ta như thế nào.

Tất cả mọi tế bào trong cơ thể đều cần khí để hoạt động. Nếu thiếu khí cơ thể sẽ mệt mỏi, đờ đẫn, máu huyết sẽ lưu thông kém... lâu dần sinh ra nhiều bệnh tật.

Đối với người bệnh ung thư, việc thiếu dưỡng khí càng nghiêm trọng hơn. Nếu môi trường xung quanh ô

nhiễm, tù túng, thiếu dưỡng khí sẽ tạo điều kiện để ung thư phát triển. Ngược lại, tế bào ung thư không thể sống trong môi trường trong lành, dồi dào khí oxi.

Chính vì vậy, trong giai đoạn điều trị, môi trường sống, không khí trong lành, dồi dào cực kỳ quan trọng nâng cao hiệu quả chữa chạy ung thư. Tùy điều kiện cho phép, hãy thực hiện 2 điều sau đây:

1. Hãy rời xa những nơi ô nhiễm, tù túng, chỗ đông người. Hãy tận dụng thời gian đến những nơi có không khí trong lành, dồi dào khí oxi:

- Nơi có nhiều cây xanh như công viên để tập thể dục, tắm nắng ở vào mỗi buổi sáng.
- Thỉnh thoảng dành thời gian ra biển hoặc đến những nơi có sông suối để thay đổi môi trường, hít thở không khí trong lành.

2. Tăng cường lượng khí oxi cho cơ thể bằng cách thở đúng cách.

Phần lớn chúng ta đều thở không đúng cách, hơi thở của chúng ta ngắn, lượng khí chỉ đưa đến ngực nên lượng khí cung cấp cho cơ thể không nhiều. Thở đúng

là hít thở để đưa khí thẳng được xuống bụng. Khi đó, lượng khí dài gấp 3 – 5 lần so với thở ngắn.

Bạn có thể tìm hiểu và luyện cách thở theo cách phương pháp Khí công. Ở đây, xin chia sẻ phương pháp thở theo cách tập Yoga.

**** Hướng dẫn tập thở***

- Tất cả Hít vào – Thở ra đều bằng mũi.
- Hơi thở ***Chậm rãi – Nhẹ nhàng – Đều đặn***
- Lúc thở, dùng Ý tưởng tượng hơi thở đi vào và đi ra.
- Khi hít vào, tưởng tượng khí đi từ mũi qua ngực rồi xuống bụng. Căng cơ hoành, bụng phình ra. Giữ 5 – 10 tiếng đếm. rồi từ từ thở ra nhẹ nhàng cho đến sạch khí, bụng tóp lại. Sau đó lại hít vào, bụng lại căng ra.

Lưu ý: *"Dùng Ý quan sát và điều khiển hơi thở vào và ra"*. Khi hít vào và thở ra, hơi thở rất chậm rãi, nhẹ nhàng, đều đặn và sâu, không cố gắng gượng ép. Làm như vậy, bạn sẽ đẩy những khí bẩn tích tụ lâu ngày ra khỏi cơ thể.

- Lúc thở, hãy ngồi thư giãn trên ghế, thảm hoặc nằm trên tấm trãi. Không cho cơ thể tiếp xúc đất. Có thể kết hợp hơi thở trong lúc Thiền hoặc tập một số động tác yoga.

- Mỗi ngày, thực hiện đều đặn 2 – 3 lần

Nếu thở đúng, ta sẽ thấy cơ thể nhẹ nhàng và tâm trí thư thái, thanh tịnh. Nếu bạn làm tốt điều này, bạn góp phần kiểm soát sự phát triển của tế bào ung thư.

8. Đi ngủ trước 9h-10h tối.

Hoạt động của các cơ quan nội tạng phục hồi diễn ra vào thời điểm từ 21h tối đến 5h sáng. Chẳng hạn, hệ miễn dịch miễn dịch đào thải chất độc từ 21h-23h, cần trạng thái yên tĩnh thư giãn. Gan hoạt động để bài tiết độc tố từ 23h – 1h sáng. Mật hoạt động từ 1h-3h, tủy sống tái tạo máu từ 0h-4h. Thời gian này, cơ thể cần thư giãn, ngủ say để các cơ quan thực hiện tốt chức năng. Vì thế, tốt nhất nên ngủ từ 9h-10h tối.

9. Hành thiện, yêu thương, giúp đỡ người khác.

Hãy tập trung thay đổi bản thân, buông bỏ những lo lắng, buông bỏ những ưu phiền, những tham giận sân si. Thay vào đó, hãy luôn giữ tinh thần lạc quan, vui tươi, cởi mở tấm lòng, mang tâm từ bi yêu thương.

Hằng ngày làm việc thiện, có ích, giúp đỡ mọi người. Hãy "*tự mình chữa lành*" mà không phụ thuộc vào một phương pháp điều trị nào.

10. Thiền định - Niệm Phật - Cầu nguyện

Bất luận bạn có tôn giáo hay không tôn giáo, hãy thực hành thiền định, cầu nguyện. Nếu bạn là người am hiểu Phật, hãy kiên trì niệm Phật, lạy Phật. Hoặc nếu bạn là người Thiên Chúa (hoặc tín ngưỡng một đấng thần thánh nào đó) hãy thành tâm cầu nguyện vị thánh mà bạn tôn thờ. Hãy thực hành với lòng thành, giữ tâm an lạc và tĩnh lặng.

Người thân, bạn bè có thể cùng cầu nguyện cho người bệnh, cùng người bệnh Niệm Phật. Càng nhiều người thì sức mạnh càng lớn, oai lực càng cao. Nhưng dù bao nhiêu người thì người bệnh phải là người chính.

Mỗi ngày dành thời gian 30phút – 1giờ. Có thể tại nhà hoặc đến Chùa, Nhà Thờ... nơi có đông người cùng cầu nguyện với mình.

Những việc cần làm

1. Tìm hiểu nguyên nhân và điều chỉnh

Chữa bệnh theo phương pháp tự nhiên là đi ngược lại nguyên nhân gây bệnh, tái lập lại cơ thể nên việc đầu tiên bạn nên tìm hiểu nguyên nhân. Nên rà soát lại chế độ ăn uống, tập luyện, thói quen sinh hoạt hằng ngày, đời sống tinh thần, công việc... từ đó điều chỉnh.

2. Lập kế hoạch tự mình chữa trị cho mình

Bạn cần lên kế hoạch chi tiết về chế độ ăn uống dinh dưỡng, những vật dụng cần mua phù hợp với thể trạng và phù hợp với điều kiện kinh tế. Thu xếp công việc, lập thời gian biểu thực hiện trong ngày chỉ để tập trung cho việc điều trị.

3. Lắng nghe cơ thể mỗi ngày

Mỗi người mỗi cơ địa khác nhau, loại bệnh và giai đoạn bệnh cũng khác nhau nên việc điều trị cũng không giống nhau. Nên lắng nghe cơ thể mỗi ngày để tự điều chỉnh. Một số trường hợp sẽ biểu hiện làm bạn lo lắng như đau, đi phân lỏng, đại tiện ra máu... bạn sẽ cần hỗ trợ của người có chuyên môn. Nhưng nhìn chung, bạn phải thấy được "*ngày hôm nay tốt hơn ngày*

hôm qua, ngày mai tốt hơn hôm nay" và cứ thế cơ thể bạn dần dần phục hồi mỗi ngày và nó sẽ thực hiện lại chức năng mà bấy lâu nay nó bị suy yếu.

4. Thời gian

Bạn đang đảo ngược lại nguyên nhân gây bệnh, tái lập lại cơ thể để chữa bệnh từ gốc nên không thể một ngày, hai ngày mà bạn thấy được hiệu quả của nó. Bạn sẽ hình dung tế bào chết đi và thay thế tế bào mới. Quá trình này có thể vài giây đến vài tháng để làm mới cơ thể. Ví dụ: Sau 5 ngày, dạ dày thay mới, 1 tháng với da, 3 tháng với xương và sau 1 năm 98% cơ thể được thay thế hoàn toàn bằng tế bào mới. Vì vậy, bạn cần cho cơ thể bạn một thời gian ít nhất từ 6 tháng đến 1 năm. Tuy nhiên, quá trình này diễn ra nhanh hay chậm còn tùy thuộc vào việc thay đổi của bạn. Nếu bạn càng thay đổi nhanh, đảo ngược nhanh quá trình gây bệnh thì quá trình tạo lập cơ thể bạn diễn ra nhanh hơn.

Bạn có thể tham khảo các câu chuyện thoát khỏi ung thư ở mục "Câu chuyện chứng thực". Nhưng bạn cần biết đây là quá trình không hề đơn giản chút nào. Nó đòi hỏi bạn thực sự có bản lĩnh, niềm tin, ý chí và sự kiên trì mới có thể vượt qua.

5. Những điều cần lưu ý:

a) Người bệnh cần biết tình trạng bệnh của mình:

Điều sai lầm mà tôi thường thấy là khi chẩn đoán mắc bệnh ung thư thì gia đình thường giấu người bệnh, không cho người bệnh biết tình trạng của bệnh. Điều đó rất dễ hiểu là người thân luôn lo sợ người bệnh bị sốc nặng rồi suy sụp tinh thần. Nhưng quá trình điều trị là lâu dài và cần sự kết hợp của người bệnh. Nên người bệnh cần biết tình hình bệnh của mình, có thể ban đầu người bệnh sẽ rất sốc nhưng chỉ một hai ngày sẽ nguôi ngoai. Sau đó sẽ bình tâm lại và kết hợp điều trị.

b) Người bệnh tự quyết định quá trình trị liệu

Có rất nhiều phương pháp điều trị khác nhau nên người thân trong gia đình thường đưa nhiều ý kiến trái ngược nhau về phương pháp điều trị thậm chí quyết định thay cho người bệnh. Điều đó không nên. Chỉ nên cung cấp thông tin và để người bệnh tự chọn lựa và chịu trách nhiệm về quyết định trị liệu của mình.

c) Hạn chế người biết về tình hình bệnh

Chỉ nên cho người thân và một vài người liên quan cần giúp đỡ hay hỗ trợ về tài chính biết thông tin người bệnh. Còn lại, họ hàng, bạn bè, đồng nghiệp

không nên biết. Càng hạn chế sự thăm hỏi càng tốt. Vì nhiều người biết, càng lo lắng, càng thăm hỏi càng tạo cho người bệnh thêm tâm lý nặng nề. Điều đó không nên. Hãy xem người bệnh như không bệnh, hãy để người bệnh bình thường như không có chuyện gì xảy ra. Càng quên đi càng tốt.

Chương 8

TRẢI NGHIỆM THỰC TẾ của cá nhân tôi

"Trăm nghe không bằng một thấy. Trăm thấy không bằng chính mình chứng nghiệm thực tế". Với những kiến thức tìm hiểu được, từ những phương pháp chữa trị thay thế, từ những câu chuyện chữa khỏi ung thư thành công đã chứng thực, tôi quyết tâm trãi nghiệm thực tế.

Ban đầu, những người thân trong gia đình tôi, bạn bè tôi… không ai đồng ý và ủng hộ tôi. Cách thức mà tôi đang áp dụng hoàn toàn trái ngược với ý kiến của

các bác sĩ. Tôi đã gặp không ít những ánh mắt nghi ngờ và phản đối.

Thế nhưng tôi không nản lòng, tôi có niềm tin vào những điều tôi hiểu biết, tôi tin vào những câu chuyện đã chữa khỏi hoàn toàn không phải do may mắn hay do mê tín. Và hơn hết tôi tin vào qui luật tự nhiên, tôi tin vào sức mạnh kỳ diệu của cơ thể con người mà tạo hóa ban tặng.

Bên cạnh rất nhiều người từ chối cũng có người đồng ý. Nhưng cũng có người đồng ý thực hiện. Tôi thật sự vui mừng vì điều đó.

Đã có nhiều trường hợp áp dụng thành công nhưng một số vừa kết hợp Tây y vừa kết hợp tự nhiên. Sau đây tôi chỉ xin kể một số trường hợp chỉ áp dụng phương pháp tự nhiên hoặc sau khi điều trị Tây Y mà từ chối.

Câu chuyện đầu tiên:

Chị Chanh (45 tuổi, Bình Thuận) mắc ung thư vú. Chị Chanh là người cùng quê tôi. Vào khoảng tháng 10 năm 2014 chị phát hiện mắc bệnh ung vú. Khi tôi biết về câu chuyện của chị lúc về quê ăn Tết (Tết 2015), lúc đó chị đã phẩu thuật một bên vú. Theo lịch hẹn, qua Tết chị sẽ tiếp tục vô hóa chất và

xạ trị để tiêu diệt những tế bào ung thư còn lại. Tôi nhớ tôi gặp chị lúc tối 29 Tết. Mẹ tôi còn bảo "*Còn đừng chỉ bậy. Có chuyện gì con không gánh được trách nhiệm đâu*". Tôi bảo "*Con biết điều chi, con cứ chia sẻ với chị. Tùy chị chọn lựa điều nào là tốt với chị. Nếu con biết mà con không nói là con có tội*". Vậy là tối hôm đó, bằng tất cả gì có thể, tôi chia sẻ chị hết. Về tác hại của hóa chất khi vào cơ thể, hiệu quả chữa trị rồi về những phương pháp tôi biết và hướng dẫn chị cách ăn uống và chế độ dinh dưỡng đúng mức.

Thật sự, điều tôi mong muốn là chị hãy dừng việc điều trị bằng hóa chất. Tôi không dám khuyên chị, tôi chỉ cung cấp thông tin, còn lại tùy chị quyết định. Có lẽ là một quyết định khó khăn cho chị. Sau Tết, lịch hẹn với Bác sĩ là mồng 9 sẽ vô hóa chất thì mồng 11, tôi nghe chị báo là "*Chị không đi nữa. Em hãy hướng dẫn chị chi tiết để chị áp dụng*".

Lúc đó, tôi chưa có nhiều kinh nghiệm nên dựa vào các thông tin tôi biết được tôi cứ hướng dẫn chị thực phẩm nào không nên ăn, thực phẩm nào nên ăn và kèm dinh dưỡng bổ sung. Và quan trọng là chế độ tập luyện và tinh thần chị. Chị phải hiểu rằng chị đang đi ngược lại nguyên nhân gây bệnh và tái lập lại cơ thể.

Chị áp dụng cách ăn uống theo hướng dẫn, kết hợp mỗi buổi sáng chị chạy bộ rồi tắm biển, tối chị cùng mọi người đi chùa tụng kinh lễ Phật. Hôm không đi chùa thì chị cùng mọi người đi uống café, nghe nhạc thư giãn. Nói chung là chị giữ tinh thần vui tươi thoải mái và không lo lắng. Và sau một tháng sức khỏe chị tốt lên rất nhiều so với lần tôi gặp. Rồi 3 tháng, 6 tháng chị kiểm tra lại hoàn toàn bình thường.

Vậy là sau phẩu thuật, thay vì chọn lựa truyền hóa chất theo lời bác sĩ thì chị đã từ chối và áp dụng tự nhiên. Và giờ… khi viết những dòng này đã hơn một năm, chị đã hoàn toàn mạnh khỏe. Và không có dấu hiệu của ung thư quay lại. Đương nhiên, nếu chị áp dụng chế độ ăn uống, sinh hoạt đúng thì ung thư sẽ không có khả năng quay lại.

Câu chuyện thứ hai:

Chị Hằng (53 tuổi, Hải Phòng) mắc ung thư vòm họng. Câu chuyện này tôi chỉ chứng kiến từ đầu đến cuối, chứ không phải do tôi trực tiếp hướng dẫn. Đó là chị Hằng từ Hải Phòng. Chị mắc ung thư vòm họng giai đoạn đầu. Có 2 khối u xuất hiện ở vùng cổ. Bác sĩ yêu cầu cắt bỏ. Tuy nhiên trước khi chị quyết định thực hiện theo yêu cầu của bác sĩ. Chị muốn tìm hiểu qua các phương pháp, chị sợ phẩu thuật sẽ ảnh

hưởng đến thanh quản. Chị nói "*Nếu không còn cách nào khác chị mới áp dụng theo bác sĩ*". Thông qua báo Người Giữ Lửa, chị biết đến phương pháp Diện Chẩn nên từ Hải Phòng chị bay vào TPHCM để được thầy Sơn chữa trị. Lúc đó, tôi đang theo học Diện Chẩn và được thầy Sơn tận tình hướng dẫn thực hành chữa bệnh ung thư. Chị Hằng được thầy Sơn trực tiếp chữa bằng Diện Chẩn và hướng dẫn chế độ ăn uống và tập thở khí công. Chế độ ăn uống của chị rất đơn giản hoàn toàn là gạo lức muối mè và thêm một vài thức ăn thực dưỡng. Rất bất ngờ, chỉ mới 20 ngày, chị khi xét nghiệm thử thì kết quả cho thấy 2 u đang thu nhỏ. Chị mừng quá. Có niềm tin nên chị tiếp tục kiên trì điều tri. Có lẽ chi có một tinh thần tốt nên rất nhanh chỉ sau 2 tháng, kết quả xét nghiệm cho thấy bình thường. Giờ đã gần một năm, sức khỏe chị rất tốt và gần như không có bất kỳ gì của triệu chứng ung thư.

Thời gian đó theo thầy chữa bệnh, tôi đã chứng kiến nhiều người bệnh ung thư đã chữa khỏi nhờ kết kết hợp Diện Chẩn, ăn uống và luyện tập khí công.

Câu chuyện thứ ba:

Đó là câu chuyện về chị Vinh 43tuổi ở Gò Vấp TPHCM, mắc bệnh ung thư vú. Vào khoảng tháng 4/2015, lần đầu tôi gặp chị tại quán cafe, tâm trạng chị

rất tệ, hai mắt thâm quầng vì khóc và mất ngủ, người không có chút sức sống. Chị kể "*Chị đi làm về là khóc suốt, chị có 2 thằng con trai, chị lo mình không may không qua khỏi thì bỏ con ai lo. Em có cách nào giúp chị với*". Trò chuyện và chia sẻ với chị suốt cả buổi và gởi rất nhiều tài liệu, những câu chuyện giống chị nhưng chữa thành công bằng tự nhiên... với mong muốn chị khoan hãy phẩu thuật mà áp dụng tự nhiên trước. Nếu không có kết quả thì hẳn áp dụng theo bệnh viện. Nhưng những điều tôi chia sẻ không thể gây cho chị niềm tin.

Lịch phẩu thuật đã lên và chị không thể từ chối. Nhưng may mắn là gần ngày hẹn, bác sĩ kiểm tra lại và bảo chưa thể phẩu thuật vì có nhiều u. Phải vào hóa chất để u nhỏ bớt rồi phẩu thuật.

Thời điểm đó, tôi bắt đầu biết đến Diện Chẩn có thể giúp chữa ung thư. Nên tôi đưa chị qua chỗ thầy Sơn, thầy đã chữa thành công nhiều K nên ngoài ăn uồng đúng cách, bổ sung dinh dưỡng hợp lí. Tôi khuyên chị cứ kết hợp thêm Diện Chẩn, dù sao cũng an toàn, không tác dụng phụ. Vậy là chị vừa truyền hóa chất, kết hợp Diện Chẩn và ăn uống.

Khi thực hiện hóa chất, chị phải chịu đựng những cơn mệt mỏi, biếng ăn và rụng tóc do hóa trị gây ra.

Sau khi chị thực hiện 6 toa, các u có giảm bớt nhưng chỉ số máu giảm từ 24,5 còn khá cao 17. Bác sĩ nói các u đã giảm nên có thể phẩu thuật được. Sau phẩu thuật sẽ vô thêm hóa chất là ok.

Chị rất chần chừ... thời điểm đó chị chứng kiến có người chữa giống chị (không áp dụng theo Tây y) lại có kết quả nên chị có niềm tin. Vì thế chị từ chối hẳn phẩu thuật. Bác sĩ phân tích rất nhiều lần chị không nghe. Chị kể rằng chị nói dối với bác sĩ "*Chị nói với bác sĩ là tinh thần chị không tốt, chị không thể chịu áp lực cắt bỏ nên xin dời lại.*" Bác sĩ yêu cầu chị viết bản cam kết "*Từ chối phẩu thuật*". Bác sĩ kê thuốc cho chị uống hành tháng. Nhưng chị phát hiện thuốc có tác dụng phụ, dùng lâu ngày sẽ gây hại tử cung và gây ung thư tử cung nên chị không uống. Nghĩa là hàng tháng đều xét nghiệm, lấy thuốc nhưng không dùng. Mà chỉ áp dụng ăn uống và kết hợp Diện Chẩn chữa bệnh.

Cứ thế, nhờ tận tình chữa chạy của thầy Sơn, từng tháng kết quả xét nghiệm cứ cho kết quả giảm dần, 3 u lớn không còn mạch máu nuôi, 2 u nhỏ chỉ còn nuôi nhg rất ít. Bác sĩ không yêu cầu phẩu thuật nữa.

Khi tôi viết cuốn sách này là đã 8 tháng, mặc dù chỉ số vẫn còn nhưng về cơ bản, chị đã thoát bệnh, sau khi từ chối điều trị theo Tây Y. Chúc mừng chị... chị

không phải sợ mất *"bình sữa"* nữa. Hiện chị vẫn tiếp tục áp dụng cho đến hết hẳn bệnh.

Trường hợp thứ tư:

Chị Lan (Mỹ Tho) ung thư tử cung. Vào tháng 9/2015, tôi nhận được cuộc gọi từ một chị từ Mỹ Tho. Chị nhờ tôi hướng dẫn ăn uống và trị liệu bệnh ung thư tử cung giai đoạn 3B bằng phương pháp Diện Chẩn. Lúc đó, tôi bận không chữa trực tiếp cho chị mà giới thiệu chị qua thầy Sơn. Rồi do công việc bận rộn tôi không để ý nữa. Khoảng tháng 2/2016 tôi được thông tin là chị đã chữa khỏi bệnh. Rất mừng cho chị. Tôi tìm gặp chị để nghe câu chuyện về chị. "*Nhẫn à. Chị rất cảm ơn em. May mắn nhờ gặp em mà bệnh chị giờ đã khỏi. Khi nói chuyện điện thoại em xong là hôm sau chị lên thành phố ngay. Nhà chị không ai biết chị bị bệnh, chị giấu tất cả. Chỉ có vợ chồng chị biết thôi. Và chị cứ âm thầm chữa trị cho đến nay*". Theo lời chị, sau khi có kết quả sinh khiết của Bác sĩ kết luận chị ung thư tử cung là chị đi chữa trị ngay. Và hoàn toàn không áp dụng bất kỳ liệu pháp nào của bệnh viện. Kết hợp Diện Chẩn, chị áp dụng chế độ ăn uống nghiêm ngặt. Chị ăn cơm gạo lức muối mè 100% và không ăn bất cứ loại thịt cá nào. Chị ăn thêm các loại hạt, ngũ cốc, uống nghệ và mỗi ngày khoảng 1-2 trái nhàu cộng với

1-2 ly Noni. Chị bảo chị ăn nhàu đến muốn phỏng rợp cái miệng nhưng chị vẫn ráng. Sau 6 tháng, căn bệnh của chị gần như đẩy lùi hoàn toàn. Giờ chị vẫn tiếp tục cho đến khi bệnh dứt hẳn. Chị cho biết, mấy người phát hiện bệnh cùng thời điểm với chị, có người đã đi rồi.

Nhưng điều mà tôi thấy ở chị đó là tinh thần lạc quan và có niềm tin. Nhìn chị lúc nào cũng tươi vui, rạng rỡ. Nhưng chị bảo "*Cũng không đơn giản đâu em à. Cũng là một hành trình gian nan lắm*".

<u>Trường hợp thứ năm:</u>

Về câu chuyện chị Ngân 53 tuổi ở Bình Thạnh TPHCM, mắc ung thư tủy di căn qua xương. Khi tôi gặp chị vào đầu tháng 10/2015. Chị cho biết chị bắt đầu đau từ tháng 7 và qua các đợt xét nghiệm, chẩn đoán bác sĩ cho biết chị bị ung thư xương với các khối u trong xương. Nhưng bác sĩ chưa biết nguyên nhân xuất phát từ đâu. Vì u từ xương là do di căn chứ không phải gốc. Và chị phải chờ đợi để trải qua nhiều xét nghiệm, chẩn đoán biết chính xác rồi mới lên phát đồ điều trị.

Trong thời gian đó, tôi đã yêu cầu chị nên bắt đầu với phương pháp tự nhiên thay vì phải chờ đợi. Tôi hướng dẫn chị ăn uống đúng cách, bổ sung dinh

dưỡng hợp lí và bắt đầu bấm huyệt, massage theo phương pháp Diện Chẩn. Một tháng sau, chị mới được thông báo kết quả là ung thư tủy di căn qua xương. Bệnh ung thư tủy di căn qua xương không thể phẩu thuật mà chỉ truyền hóa chất và dùng xạ trị.

Nhưng điều mà bác sĩ ngạc nhiên là bệnh viện chưa lên phát đồ điều trị mà sức khỏe chị tốt hơn (dù cân nặng chưa tới 40kg). Theo bác sĩ dự đoán, với tình hình của chị thì hiện nay đang nằm một chỗ chứ không phải đi đứng, ăn uống và tinh thần tốt vậy.

Tôi khuyên chị hãy xem xét phát đồ điều trị bằng hóa trị và xạ trị. Chị bảo nếu xạ trị chắc ảnh hưởng ít hơn nên chị áp dụng còn vô hóa chất thì chị sẽ từ chối.

Lúc này bác sĩ lên phát đồ xạ trị diệt khối u ở xương rồi mới vô hóa chất để đánh vào tủy. Thế nhưng qua 10 ngày xạ trị, sức khỏe chị suy kiệt, người chị vật vả không còn chút sức sống. Phải hơn 1 tuần truyền đạm và chăm sóc thì mới dần khỏe hơn. Chị buộc phải dừng mà chỉ áp dụng tự nhiên. Chị tiếp tục áp dụng Diện Chẩn và kết hợp chế độ ăn uống. Thật ngạc nhiên là sau 5 tháng, đầu tháng 2/2016 (cuối năm Âm lịch) tôi nghỉ chữa cho chị mà về quê ăn Tết thì tôi được chị thông báo là chị đi kiểm tra u không còn, chỉ số máu bình thường. Chị chuyển qua bệnh

viện Huyết học, các bác sĩ kiểm tra và cho biết chị đã hoàn toàn bình thường và không áp dụng thêm phát đồ nào nữa. Đó là tin rất vui mà tôi nhận được khiến tôi đón cái Tết ý nghĩa.

Hiện tại, chị không còn chữa bằng Diện Chẩn mà chỉ ăn uống đúng cách để duy trì sức khỏe.

Câu chuyện thứ sáu:

Anh Thanh mắc ung thư thư đại tràng. Trường hợp tôi rất ấn tượng nhất. Anh Thanh 34 tuổi ở Đồng Nai. Khi phát hiện khối u trong trực tràng, bác sĩ yêu cầu phẩu thuật nhưng anh lo sợ sẽ không qua được vì em gái anh bị giống anh điều trị theo bệnh viện không qua khỏi nên anh từ chối. Anh cương quyết không áp dụng bất cứ phát đồ nào. Dù có lên cơn đau anh cũng cố gắng chịu đựng. Anh cố gắng tìm kiếm cách điều trị khác mà không gây nguy hiểm. Và tình cờ anh gặp tôi. Cũng như với mọi người, tôi hướng dẫn cho anh cách ăn uống. Vì anh ở xa nên tôi không bấm huyệt, massage theo Diện Chẩn được mà tôi viết phát đồ để ảnh tự về nhà tự chữa. Cứ 1 tháng, anh lên kiểm tra 1 lần. Lúc đầu, khối u ở trực tràng vẫn làm anh lên cơn đau và đi phần ra máu. Nhưng dần dần, anh không còn đi ra máu, con đau đã hết hẳn, sức khỏe anh tiến triển rất nhiều. Giờ anh vẫn đang tiếp tục áp dụng.

Câu chuyện chứng thực:

Chị Tâm ung thư ngực (vùng thượng vị) Cách đây không lâu (tháng 12/2015) tôi có dịp ra Hà Nội. Tôi được gặp chị Tâm (ở Đông Hà, Hà Nội). Một người mà tôi ngưỡng mộ và khâm phục vì ý chí kiên cường của chị khi chóng chọi với ung thư mà không cần can thiệp hay giúp đỡ của Tây y.

Hôm đó, chị em cùng đi ăn, uống nước và trò chuyện rất nhiều. Nhưng điều tôi thực sự ngạc nhiên là nếu chị không nói ra thì tôi không thể tin được là chị mắc căn bệnh ung thư. Chị cởi mở, vui tươi cười nói huyên thuyên cùng tôi suốt buổi. Theo lời chị, năm 2011 chị thấy bắt đầu có dấu hiệu đau ở vùng thượng vị. Cơn đau xuất hiện rồi lại biến mất như bệnh giả đò. Rồi bẳng đi thời gian, không thấy đau nữa nên chị cũng không bận tâm. Năm 2012, chị sinh em bé. Khi con chị được hơn 1 tuổi thì cơn đau ở vùng thượng vị xuất hiện trở lại, lần này đau nhiều với tần xuất xuất hiện nhiều hơn. Khi đi bác sĩ thì phát hiện một khối u lớn xuất hiện ở vùng thượng vị. Đất trời như sụp đổ, chị lo lắng khi con chị mới hơn 1 tuổi. Bác sĩ bảo, nếu phẩu thuật thì chị có cơ hội 50-50 còn không thì cuộc sống chị không thể kéo dài lâu. Chị quyết định không phẩu thuật dù bác sĩ và người thân trong gia đình có khuyên bảo chị thế nào. Chị sợ khi

phẩu thuật chị sẽ không qua khỏi bỏ lại con không ai chăm lo. Chị bảo với tôi "*Chị thấy nhiều người phẩu thuật rồi xạ trị hóa trị cũng không qua khỏi. Nhưng chị thấy rất nhiều người nhờ ăn chay, niệm Phật rồi hành thiền mỗi ngày đã khỏe mạnh nên chị rất có niềm tin. Vì thế nên chị cứ tin tưởng mà thực hành theo*". Chị kể, mỗi buổi sáng lúc 4h, chị hành thiền 1h sau đó lo cho con rồi chuẩn bị đi làm. Buổi chiều về chị lo cho con xong rồi vào tụng kinh niệm Phật. Chị kết hợp ăn chay và bổ sung thêm dinh dưỡng. Hàng ngày, chị không hề oán trách mà cứ đều đặn thì thầm với các tế bào ung thư với những lời lẽ chân thành và yêu thương. Chị bảo thời gian đầu, cơn đau cứ xuất hiện triền miên làm chị rất mệt mỏi nhưng dần dần cơn đau giảm dần và giờ không còn. Chị cũng không đi kiểm tra lại xem thế nào. Chị bảo "*Mặc kệ nó, giờ chị cứ cố gắng sống vui sống khỏe thế này, khi nào ông bà gọi chị đi thì chị theo ông bà*". Vậy là hơn 3 năm, chị không thực hiện bất kỳ phương án điều trị của bệnh viện, bác sĩ bảo chị không thể qua khỏi nhưng giờ chị vẫn đang sống vui tươi mạnh khỏe cùng gia đình.

Vậy đấy, có biết bao nhiêu người sau rất nhiều cố gắng chữa trị, chịu nhiều đau đớn, tiêu tốn nhiều tiền của nhưng rồi người cũng theo tiền của mà ra đi. Nhưng

có biết bao nhiêu người lạc quan tin tưởng, nỗ lực ý chí đã chiến thắng căn bệnh ung thư.

Trường hợp thất bại

Bên cạnh những trường hợp thành công thì tôi gặp rất nhiều thất bại. Tôi thật sự lấy làm tiếc và rất đau lòng. Thất bại không phải do trị liệu không đúng mà do họ áp dụng không đúng hoặc đã quá trễ. Một người bệnh ung thư gan đang áp dụng kết quả tốt nhưng lại bỏ giữa chừng. Trong đó có nhiều trường hợp, khi liên lạc với tôi thì đã quá trễ, sức khỏe suy kiệt hoàn toàn do tác hại lâu dài của hóa chất trong quá trình điều trị. Nằm một chỗ, bụng chướng to, tay chân phù... có trường hợp tôi gặp chỉ vài ngày là họ ra đi. Nhìn họ đau đớn tôi thấy rất đau lòng. Thực sự họ chết không phải vì ung thư mà vì các cơ quan chức năng đã bị phá hỏng không còn thực hiện được chức năng của nó.

Thay cho lời kết

Những thông tin được chia sẻ trong cuốn sách này, hi vọng giúp bạn có thêm nhiều thông tin để chọn lựa cho mình giải pháp chữa trị.

Các bác sĩ chuyên môn cho bạn lời khuyên về các phát đồ điều trị nhưng bạn là người chịu trách nhiệm và quyết định về lựa chọn liệu pháp điều trị cho mình. Không ai có thể giúp bạn bằng chính bạn, bạn phải tự cứu lấy mình và hoàn toàn không phụ thuộc vào bất cứ ai.

Tôi không có lời khuyên nào dành cho bạn nhưng tôi sẽ ủng hộ bạn nếu bạn lựa chọn trị liệu theo cách tự nhiên. Các kỹ thuật của y học hiện đại sẽ giúp bạn kiểm tra, chẩn đoán và giúp bạn xử lí các tình huống khẩn cấp nhưng nó chưa hẳn là lựa chọn tốt nhất để trị liệu và cứu chữa bạn thoát khỏi căn bệnh ung thư.

Hãy là bác sĩ của chính mình. Hãy lắng nghe cơ thể bạn? Thực sự cơ thể bạn đang cần gì? Và có lựa chọn sáng suốt. Tôi tin bạn có thể "***Tự mình chiến thắng ung thư***".

Cuộc sống này của bạn

Sức khỏe này của bạn

Hãy có quyết định sáng suốt.

Phụ lục

CÂU CHUYỆN CHỨNG THỰC

Có hàng trăm nguồn tài liệu nói về phương pháp chữa ung thư thay thế và cũng có hàng ngàn người trên khắp thế giới đã chữa khỏi ung thư bằng nhiều phương pháp thay thế khác nhau này.

Tôi xin tổng hợp và trích dẫn lại các câu chuyện đã thoát khỏi ung thư. Hãy lắng nghe câu chuyện của những người chiến thắng bệnh ung thư sau khi từ chối điều trị Tây y mà chỉ áp dụng trị liệu tự nhiên. *(Rất nhiều câu chuyện nhưng tôi chỉ chia sẻ vài câu chuyện ứng với mỗi chủ đề)*

Câu chuyện về nữ giáo sư Jane Plant mắc ung thư vú tái phát lần thứ 5

Nữ Giáo sư Jane Plant, là một khoa học gia nổi tiếng của Anh Quốc. Là giáo sư địa hóa tại trường Imperial College, London.

Năm 1987, nữ giáo sư mắc ung thư vú, mặc dù bà được chữa trị và chăm sóc bởi các chuyên gia hàng đầu trong lĩnh vực ung thư nhưng điều đó không ngăn chặn được bệnh. Năm 1993, bà bị tái phát đến lần thứ 5 sau nhiều lần điều trị bằng hóa trị.

Bác sĩ thông báo bà chỉ sống khoảng được vài tháng nữa. Rồi bà biết rằng nếu tiếp tục điều trị bằng hóa trị bà sẽ tệ hơn. “Nghe mọi người kể lại cậu con trai 6 tuổi đã khóc trong phòng riêng khi nghe tin tôi bị ung thư tiếp, tôi không cho phép mình rời bỏ con. Vì thế, lúc nghe bác sĩ nói tôi chỉ còn sống được 2 tháng nữa, tôi không hề buồn, giận dữ hay sợ hãi. Tôi quyết tâm đi tìm ra một bài thuốc để cứu mình, để mãi được sống cùng con", bà Plant nhớ lại.

Vì thế bà từ chối và tìm hiểu về các liệu pháp chữa ung thư thay thế. Bà bắt đầu chuyển sang chế độ ăn uống đặc biệt với nhiều dinh dưỡng bổ sung. Bà cắt bỏ toàn bộ chế độ ăn thịt, uống sữa, sữa chua, sữa đậu nành... những thứ mà bà đã dùng trong nhiều năm liền. Thay vào đó bà ăn các loại thực phẩm, ngũ cốc,... xóa bỏ trạng thái căng thẳng, lo âu để giữ tinh thần lạc quan. Trong vòng 6 tuần, cục u ở cổ đã biến mất. Trong vòng 1 năm, bệnh tình thuyên giảm. Và 18 năm kể từ đó, bà đã không bị căn bệnh ung thư vú hành hạ.

Năm 2000 bà viết cuốn sách *"Your Life in Your Hands (Mạng sống trong tay của bạn)* đúc kết những trải nghiệm của bản thân trong cuộc chiến ung thư vú của bà. Cuốn sách đã gây tiếng vang trong dư luận lúc bấy giờ. Cuốn sách đặc biệt dành phần lớn đất để giới thiệu những bệnh nhân chiến thắng ung thư nhờ chế độ ăn uống này. Bà đã lập ra hội ung thư để chia sẻ và giúp đỡ mọi người cùng nhau thoát khỏi ung thư.

Nhưng năm 2011, ung thư lại quay lại với bà lần thứ 6 khi phát hiện một khối u lớn ở bên dưới xương đòn và một số khối u nhỏ trong phổi. Do phải dành nhiều thời gian để viết một cuốn sách chuyên ngành, bà đã nới lỏng cả chế độ ăn lẫn lối sống của mình. Ăn

uống nhiều hơn, có cả những thực phẩm bị "cấm" và tập luyện không đều đặn.

"Tôi đã nói thẳng vấn đề này với bác sĩ và được bác sĩ kê thuốc gây ức chế letrozole. Nhưng tôi từ chối, tôi muốn quay trở lại chế độ dinh dưỡng nghiêm ngặt của mình cũng như đi bộ và thiền đều đặn. Sau vài tháng, bệnh ung thư của tôi đã biến mất".

Trong cuốn sách thứ 2 mang tên *"Beat cancer"* (Đánh bại Ung thư), bà đã đưa ra 10 bước để giảm nguy cơ ung thư cũng như chiến thắng ung thư, bao gồm ăn nhiều rau củ quả, giảm ăn thịt đỏ, muối, đường và chất béo, tập thể dục, giảm căng thẳng và Thiền đều đặn mỗi ngày.

Sau 27 năm chiến đấu với căn bệnh ung thư vú với 6 lần tái phát, giáo sư Plant là một minh chứng thuyết phục cho những ai chưa tin rằng chế độ dinh dưỡng góp phần chiến thắng căn bệnh ung thư.

"Là một nhà khoa học, tất cả những gì tôi có thể làm là nói lên sự thật dựa trên các bằng chứng. Tôi viết cuốn sách đầu tiên bởi vì tôi không muốn con gái mình, Emma, 39 tuổi đi vào vết xe đổ của tôi". Còn cuốn sách mới nhất là dành tặng cho tất cả mọi người".

Trong cuốn sách "Đánh bại Ung thư", giáo sư Plant khuyên những bệnh nhân ung thư hoặc những người có nguy cơ cao mắc ung thư giảm các sản phẩm có nguồn gốc động vật, từ bò, cừu, dê.... Thay vào đó là:

- Uống sữa từ hạnh nhân, dừa, gạo,
- Sữa chua được làm từ đậu nành hoặc dừa
- Bơ có thể được làm từ đậu phộng hoặc các loại hạt khác
- Socola đen
- Sử dụng dầu oliu và dầu dừa nguyên chất để nấu, dầu vừng hoặc dầu hướng dương để trộn salad
- Các loại hạt, ngũ cốc nguyên hạt chưa tinh chế, bột mỳ và gạo lứt
- Rau tươi, nước ép hoa quả tươi
- Hạn chế ăn thịt đỏ, cá và trứng
- Sử dụng nhiều thảo dược

Bạn có thể tìm đọc *"Your Life in Your Hands (Mạng sống trong tay của bạn), "Beat cancer"* (Đánh bại Ung thư) hoặc tham quan website của bà tại ***www.JanePlant.com***

Chris Wark đánh bại ung thư đại tràng theo cách tự nhiên

Năm 2003, tôi phát hiện có khối u trong đại tràng. Bác sĩ kết luận tôi mắc ung thư đại tràng giai đoạn 3. Sau khi phẩu thuật cắt khối u và một phần ba ruột, bác sĩ cho biết ung thư đã lan qua các hạch bạch huyết. Họ thông báo cho tôi sẽ cần 9 tháng để hóa trị liệu sau khi phẩu thuật phục hồi. Tôi đã suy sụp tinh thần nhưng một người bạn đã gởi cho tôi một cuốn sách về trị liệu ung thư Gerson. Tôi đã dành thời gian nghiên cứu và cuối cùng quyết định điều trị thay thế trước sự chống đối của vợ tôi và những người thân trong gia đình.

Tôi hoàn toàn thay đổi chế độ ăn uống của tôi đến 100% thuần chay liệu, loại bỏ thực phẩm chế biến, sữa, thức ăn nhanh, đồ ăn vặt và các sản phẩm từ động vật. Tôi chỉ ăn trái cây và rau quả và uống tám ly nước ép rau quả mỗi ngày. Tôi đã làm tất cả các liệu pháp thay thế toàn diện tôi có thể tìm thấy bao gồm: ***ăn chay, vitamins , phục hồi, tăng cường miễn dịch tự nhiên và bổ sung cai nghiện, trà thảo dược, châm cứu,***

tích hợp cấu trúc, thủy liệu pháp, phòng tắm hơi, và nhiều hơn nữa.

Bây giờ trong năm 2015, 12 năm sau, tôi và vợ tôi có hai cô con gái xinh đẹp từ 7tuổi và 10 tuổi. Và giờ tôi vẫn số không với ung thư.

Sau khi đánh bại ung thư đại tràng theo cách tự nhiên, anh đã phổ biến câu chuyện của mình cho nhiều người. Và anh cũng gặp gỡ, kết nối những người giống anh và tổng hợp nhiều kiến thức về điều trị thay thế. Bạn có thể vào trang web ***www.chrisbeatcancer.com*** (Chris đánh bại ung thư) của anh để đọc rất nhiều câu chuyện chữa trị thành công theo cách tự nhiên và gặp gỡ nhiều chuyên gia để có cái nhìn tổng quát.

Câu chuyện chữa khỏi bệnh ung thư vú của tiến sĩ Lorraine Day

Tiến sĩ Lorraine Day chữa khỏi căn bệnh ung thư vú chỉ hoàn toàn bằng các phương pháp tự nhiên không thông qua bất kỳ giải pháp hóa trị, xạ trị hay phẫu thuật nào.

Về Tiến sĩ Lorraine Day

Tiến sĩ **Lorraine Day** là một bác sĩ y khoa chính thống, người đã 15 năm trên các giảng viên của Đại học California, San Francisco, School of Medicine, được coi là một trong ba trường y tế hàng đầu trong nước, đã đào tạo cho hàng ngàn bác sĩ.

Trích dẫn ngắn gọn chia sẻ của tiến sĩ về giải pháp thay thế trị liệu ung thư

Năm 1993, tôi được chẩn đoán bị ung thư vú, sinh thiết đã được chứng minh ở hai trung tâm y tế lớn tại California. Tôi đã từ chối hóa trị, xạ trị và phẫu thuật cắt bỏ vì tác dụng phụ tiêu cực của nó. Qua đấu tranh lâu dài và khó khăn của mình để có được những hiểu biết, tôi đã bị sốc khi tìm hiểu về những điều rất lớn được che giấu bởi có tổ chức Y và các công ty dược phẩm, của thiên nhiên, phương pháp điều trị ung thư rẻ tiền. Tôi đã chứng kiến hàng ngàn người chết vì những tác dụng của hóa trị xạ trị gây ra. Chính vì thế tôi đã từ chối mọi phương pháp chữa trị.

Cuối cùng khối u của tôi bắt đầu phát triển nhanh chóng có kích thước rất lớn. Tôi bị bệnh nặng và nằm liệt giường trong sáu tháng. Tại một thời điểm, tôi đã không mong đợi để sống qua đêm. Nhưng tôi vẫn cương quyết tiếp tục từ chối điều trị ung thư thông

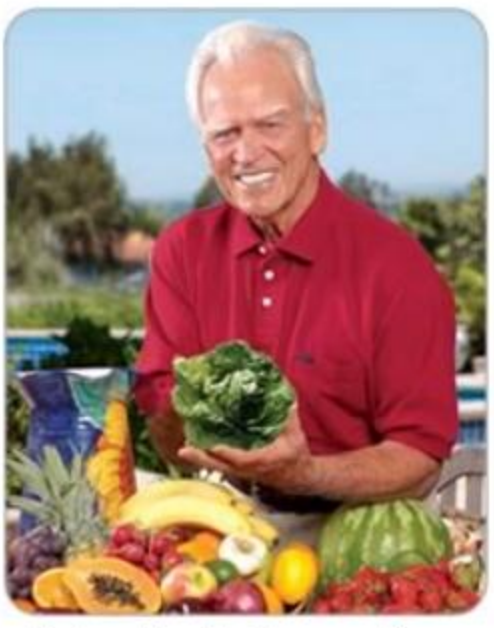
thường và kiên trì trong sự cống hiến của mình cho các liệu pháp tự nhiên.

Tôi tập trung vào xây dựng lại hệ thống miễn dịch của mình, và bây giờ đã chữa khỏi hoàn toàn ung thư và tôi đã có cuộc sống rất tốt trong suốt 21 năm qua.

Suốt mấy mươi năm, tôi lớn lên trong nhà thờ Thiên Chúa giáo. Khi bị bị ung thư, tôi biết tôi cần sự giúp đỡ nhiều hơn kiến thức mà mọi người cung cấp. Tôi bắt đầu nghiên cứu về kinh thánh và cầu nguyện. Tôi đã hoàn toàn bình phục nhưng ***"không phải kỳ diệu"***. Quá trình chữa bệnh của tôi lâu dài và chậm, tôi đã thay đổi cuộc sống của mình bằng mọi cách "***Suy nghĩ, lối sống, chế độ ăn và kiểm soát căng thẳng***". Hiện nay, tôi vẫn đang sống khỏe mạnh và zero với bệnh Ung thư.

Xem chia sẻ về phương pháp của bà ở được nêu ở phương pháp thứ 5 ở chương 4.

Jay Kordich



Tuổi 25 ông đã mắc căn bệnh Ung thư nghiêm trọng bác sĩ bảo ông không nhiều thời gian để sống nhưng giờ ông đã bước qua tuổi 92.

Kay Kordich (sinh ngày 26 tháng 8 năm 1923) là một nhân vật truyền hình Mỹ, tác giả, diễn thuyết, giảng viên, và được biết đến như một người cha trong các lĩnh vực của nước ép rau quả, nước ép trái cây và sức khỏe dinh dưỡng.

Năm 1948, ở tuổi 25, Jay đã được chẩn đoán mắc ung thư nghiêm trọng. Từ thông tin về Gerson, ông đã tìm đến để được hướng một phương pháp điều trị tự nhiên. Ông lập lức lên kế hoạch cho một chế độ ăn uống lành mạnh với các loại nước ép. Và từ một vận động viên với tính mạng bị đe dọa giờ ông có thể sống sót và truyền cảm hứng cho mọi người. Trong 40 năm tiếp theo ông không ngừng chia sẻ những thông điệp cho bất cứ ai muốn lắng nghe.

Rất nhiều tài liệu, băng đĩa và những bài giảng của ông được chia sẻ tại ***http://www.jaykordich.com.*** Bạn có thể tham khảo.

Ruth Heidrich – Một huyền thoại sống – Khi đối diện ung thư vú di căn sang phổi, bạch huyết

Tiến sĩ Ruth Heidrich tốt nghiệp UCLA với bằng thạc sĩ Tâm Lý cùng với học vị tiến sĩ giáo dục sức khỏe. Cô giảng dạy lĩnh vực này tại Đại Học Hawaii, Đại Học Stanford và Đại học Cornell. Bà là tác giả của nhiều cuốn sách A Race for Life, Lifelong Running, Senior Fitness, The CHEF Cook / Rawbook.

Năm 1982, khi ở 47 tuổi, tôi hoàn toàn tin rằng tôi có sức khỏe thật tốt cùng với những thành công trong sự nghiệp của tôi. Tôi rất chú ý đến chế độ dinh dưỡng, tôi đã có một chế độ ăn uống lành mạnh với rất nhiều gà, cá, sữa ít chất béo cùng với chế độ tập luyện đều đặn. Tôi ở trong trạng thái tốt nhất cuộc đời.

Nhưng rồi bác sĩ thông báo với tôi "Bà mắc ung thư vú. Giờ nó đã lây lan vào ống động mạch, một khối u ở phổi và một vài điểm trong xương". Tôi đã rất choáng váng và không thể tin rằng tôi có tới hai, ba và thậm chí đến thứ tư ý kiến của các bác sĩ. Rằng "không

ai có thể chắn chắn rằng tôi có thể sống được 3 tháng, 3 năm hay hơn". Chỉ biết là nó "rất không tốt". Tất cả đề nghị tôi hóa trị rồi xạ trị và uống kèm tamoxifen (thuốc trị ung thư). Tôi không thể tin rằng cơ thể của tôi đã phản bội tôi một cách như vậy! Tôi đã làm tất cả mọi thứ và điều đúng để được khỏe mạnh. Thế nhưng...

Trước khi thực hiện theo yêu cầu của bác sĩ, tôi tìm kiếm các phương pháp điều trị tự nhiên. Và may mắn, tôi tham gia vào cuộc nghiên cứu Tiến sĩ John McDougall chữa bằng phương pháp tự nhiên dành cho bệnh nhân ung thư vú.

Sau khi tìm hiểu, "OK, tôi phải làm gì" Tiến sĩ McDougall cho biết: "*Nó rất đơn giản, loại bỏ tất cả các loại thực phẩm động vật và các loại dầu từ chế độ ăn uống của bạn. Chế độ ăn uống của bạn sẽ bao gồm các loại thực phẩm thực vật: Trái cây, rau, ngũ cốc nguyên hạt và các loại đậu*".

Tôi đã quyết đinh chuyển đổi chế độ ăn, tôi đã ăn chay. Tôi tìm thấy chế độ ăn uống đáng ngạc nhiên , rất dễ dàng để làm theo. Tôi đã yêu gạo nâu, bánh mì ngũ cốc nguyên hạt và bột yến mạch. Tôi thay thế cho thịt gà, cá và sữa bằng các loại rau và trái cây và ném ra tất cả các loại dầu.

Và bây giờ, ở tuổi 76, bà được xem là "một phụ nữ khỏe nhất Bắc Mỹ". Bà là người chiến thắng hơn 900 danh hiệu, 6 giải thưởng Ironman triathlons, 8 huy chương vàng tại Thế vận hội USSenior, và 67 chặng đua bao gồm Boston, New York, và Moscow. Các bạn có thể tìm hiểu qua ***www.ruthheidrich.com***

Cô Kay Hahn chữa ung thư thành công ung thư tuyến tụy bằng cách tư nhiên sau khi điều trị chính thống thất bại

Cuộc sống của cô là một chuỗi những thăng trầm. Năm 2006, tôi được chẩn đoán có một khối u trong ổ bụng và 12 các hạch bạch huyết. Điều mà bác sĩ thực hiện lúc ấy là phẫu thuật cắt bỏ 2/3 tuyến tụy của mình. Cuộc điều trị đạt kết quả tốt đẹp. Cô phục hồi tốt và tiếp tục đi con đường của mình.

Những tưởng mọi thứ tốt đẹp, đầu tháng 1 năm 2012, tôi lại được chẩn đoán mắc một dạng hiếm của ung thư tuyến tụy. Tôi có tất cả 9 khối u. Một ở trên

gan, 7 trong ổ bụng và 1 ở 1/3 tuyến tụy còn lại của tôi. Bác sĩ bảo không biết sẽ xử lí thế nào. Không hề lạc quan. Trong khoảnh khắc này, tôi cần đối mặt để chiến thắng nổi sợ hãi lớn nhất đang diễn ra trong tôi.

Tôi tiếp tục điều trị bằng hóa trị cho đến tháng 11/2012 tình hình tệ hơn. Tôi đau rất nhiều ở vùng xương do tủy xương bị phá hủy. Tôi buộc phải dừng lại việc trị liệu. Lúc này bạn bè tôi gởi cho tôi rất nhiều tài liệu và hướng dẫn tôi cách chữa ung thư theo Gerson. Và bằng cách loại bỏ hết thịt, cá, sữa… thay thế bằng chế độ ăn uống theo hướng dẫn từ ***The Gerson Therapy*** (Trị liệu Gerson) và ***Healing the Way Gerson*** (Chữa lành theo cách Gerson). Hai tuần, kết quả giảm 20%. Ba tháng sau giảm 50%. Và bây giờ tôi đã an toàn với bệnh ung thư.

Tham khảo câu chuyện của cô Kay Hahn tại ***www.chrisbeatcancer.com*** ***www.kayshopeforcancer.blogspot.com***.

Bà Ann Cameron chữa ung thư chỉ với nước ép cà rốt

Bà Ann Cameron, tác giả của 15 cuốn sách cho trẻ em, thoát khỏi ung thư chỉ với nước ép cà rốt. Trích ngắn gọn lại câu chuyện của bà.

Tên tôi là Ann Cameron. Ngày 06/06/2012, tôi đã có một cuộc phẫu thuật và được chẩn đoán bị ung thư đại tràng giai đoạn 3. Tôi đã từ chối đề nghị hóa trị và cảm thấy tốt hơn và tốt hơn từ ngày đó. Nhưng 6 tháng sau, vào ngày 06 tháng 11, tôi đã có một CT khác cho thấy ung thư có thể xảy ra trong phổi của tôi. Các bác sĩ nói: tôi đã chuyển sang ung thư đại tràng giai đoạn 4 di căn tới phổi. Sau này tôi biết rằng ung thư ở phổi là không liên quan đến bệnh ung thư ruột kết, nó phát triển độc lập.

Bác sĩ đề nghị hóa trị để làm chậm lại quá trình sự phát triển của khối u, nhưng cho biết hóa trị sẽ không chữa được bệnh ung thư. Tôi hỏi các bác sĩ phẫu thuật về tuổi thọ của tôi. Ông nói với tôi rằng nếu không có hóa trị tôi có lẽ chỉ có 2-3 năm để sống.

Tôi đã rất quẫn trí. Tôi đọc tất cả những gì tôi có thể tìm thấy trên internet về các lựa chọn thay thế cho hóa trị và xạ trị. Và tôi đã gặp một câu chuyện về người đàn ông tên Ralph Cole chỉ dùng nước ép cà rốt mỗi ngày đã loại bỏ tế bào ung thư.

Và theo chia sẻ của ông Ralph Cole, tôi đã dùng 5pounds cà rốt mỗi ngày ngày cộng với nước trái cây khác để ngăn chặn sự phát triển của ung thư. Cứ thế, khối u ngưng phát triển và giảm dần sau đó mất hẳn.

Tóm tắt lại quá trình trị liệu của tôi

- Hai tuần sau khi bắt đầu cà rốt, đã có sự cải thiện.
- Tám tuần sau khi bắt đầu cà rốt, các khối u đã ngừng phát triển và đã được thu hẹp lại.
- Bốn tháng sau khi bắt đầu cà rốt, tất cả các hạch bạch huyết ở phổi của tôi đã trở lại bình thường.
- Tám tháng sau khi bắt đầu, không có dấu hiệu của bệnh ung thư bất cứ nơi nào trong cơ thể của tôi.

Trích câu chuyện tại *www.chrisbeatcancer.com*. Bạn có thể đọc cuốn sách của Ann Cameron *"Curring cancer with carrot" (Chữa bệnh ung thư chỉ với cà rốt)* chia sẻ về lại quá trình chữa khỏi bệnh của mình

Ông Jack Ogilvie - Phục hồi ung thư bằng liệu pháp dinh dưỡng

Tôi đã không nghĩ nhiều đến ý nghĩa cuộc sống của tôi và phong cách sống mà tôi đã sống, cho đến tháng Hai năm 1986 khi tôi được chẩn đoán với bị ung thư da, một loại hác tố đã xâm nhập qua tuyến da. Đây là sự khởi đầu của một chương mới trong cuộc sống và là đỉnh cao của sự thay đổi đó đã giúp tôi chinh phục ung thư với một triển vọng mới cho cuộc sống của tôi. Dinh dưỡng, âm nhạc, tập thể dục và thái độ tích cực là yếu tố cơ bản giúp tôi phục hồi đáng kể bệnh ung thư, cũng như việc thành lập lại mục đích để sống.

Khi điểm lại, những thứ thuốc, uống rượu, pizza và bánh nướng đều có mặt trong cuộc sống của tôi. Nhưng tôi biết rằng không hẳn vì quá thiếu dinh dưỡng và thói quen sinh hoạt là yếu tố duy nhất ảnh hưởng đến sức khỏe của tôi. Mức độ căng thẳng của tôi liên quan đến việc sợ mất đứa con gái của chúng tôi, Shelly 12 tháng tuổi, sau khi được chẩn đoán mắc hội chứng QT, đó có thể là một kích hoạt cho bệnh ung thư của tôi.

Chẩn đoán ung thư tiếp theo sau khi bác sĩ phát hiện một khối u có kích thước cỡ hạt đậu nằm ngay ở hạch cổ. Và nó phát triển nhanh chóng vài tháng sau đó. Sau khi kiểm tra, tôi được khuyến cáo phẫu thuật cắt bỏ. Sau khi phẫu thuật, tôi được khẳng định là đã được loại bỏ các bệnh ung thư và không phải lo lắng.

Nhưng một tuần sau đó, kết quả xét nghiệm cho thấy ung thư có dấu hiệu tiến triển nặng. V tôi trãi qua cuộc phẩu thuật thứ 2. Tôi sợ ảnh hưởng tới giọng nói nhưng may mắn là tôi vẫn nói được. Vì tôi là một chính trị gia địa phương. Tôi tin "giọng nói" của tôi là tài sản quan trọng.

Sau đó, bác sĩ thực hiện 6 tuần xạ trị liên tiếp nhưng tình hình càng tệ hơn. Nhiều đốm trong gan và di căn khắp cơ thể. Tôi nhận ra mức độ nghiêm trọng của tình trạng sức khỏe mình. Điều đó khiến tôi tìm kiếm và khám phá các phương pháp trị liệu ung thư tự nhiên đóng vai trò hàng đầu trong giải pháp trị lệu sức khỏe của tôi. Thời điểm đó, thông tin và tài liệu về các trị liệu tự nhiên rất sơ sài. Không có ai hỗ trợ hay nói với tôi về trị liệu thay thế. Rồi tôi bắt gặp trị liệu Gerson, tôi nghiên cứu và bắt đầu áp dụng. Vào thời điểm đó, tôi là chủ tịch của Apex, một vị trí của quận

Gonenor. Tôi đã hoạt động cộng đồng và tôi yêu thích các hoạt động của tôi.

Trong phương thức chữa bệnh của tôi, tôi kết hợp chế độ dinh dưỡng. Kiêng nhiều thứ có hại cho cơ thể và tăng cường tích cực các thực phẩm có lợi. Tôi áp dụng chế độ sử dụng nước ép trái cây mỗi ngày, nước nho đen, ăn hạt quả mơ và dùng liều lớn lượng chống oxi hóa. Tôi cũng dùng lượng lớn cỏ lúa mạch và ăn bông cải xanh trồng tự nhiên vào cuối tuần. Tôi tắm nước nóng thường xuyên và tôi tin rằng mồ hôi ra nó sẽ giúp tôi thải độc. Tôi cũng tăng cường đi bộ để duy trì thể lực tốt. Tôi biết rằng đây là điều cần thiết để làm cho cơ thể tôi tốt hơn. Và sau đó tôi biết điều đó đã giúp tôi chiến thắng được bệnh ung thư.

Buổi sáng sớm, tôi đi bộ với đôi chân trần. Tôi ngồi dưới gốc cây sau nhà. Tôi cầu nguyện Chúa. Tôi hứa rằng nếu Ngài có thể giúp tôi được tốt hơn tôi sẽ giúp đỡ những người khác trong cộng đồng.

Sau 3 tháng thực hiện trị liệu Gerson, tôi thay đổi chế độ ăn uống Pritikin vì ở giai đoạn này tôi tin rằng tôi đã được chữa khỏi. Đến thời điểm này, các vết đốm trên gan của tôi đã biến mất. Sau đó tôi thực hiện nhiều xét nghiệm, các bác sĩ đã rất ngạc nhiên khi các dấu tích di căn và các khối u mà bác sĩ dự đoán trước

đó đều biến mất. Bác sĩ nói, nếu tôi duy trì được qua 7 năm xem như tôi đã chữa khỏi. Sau đó 10 năm, tôi nhận được một lá thư từ một trường Đại Học yêu cầu sử dụng hò sơ của tôi để nghiên cứu. Và bây giờ…. bác sĩ đã nói tôi có thể chỉ sống được 6 tháng nhưn giờ đã gần 30 năm, tôi hoàn toàn khỏe mạnh và không có dấu hiệu trở lại của bệnh ung thư.

Nguồn Trung tâm Cancer Natural Therapy Fordation.

Bà Tâm chữa khỏi bệnh ung thư cổ tử cung bằng Ăn chay, tụng kinh niệm Phật

Bà Lê Thị Tâm (76 tuổi ở Đống Đa, Hà Nội) bằng niềm tin, bằng sự kiên trì bằng cách ăn chay niệm Phật và trên hết là tinh thần lạc quan, vui vẻ… bà đã chữa khỏi bệnh ung thư cổ tử cung của mình.

Khi mắc bệnh ung thư cổ tử cung, cũng như nhiều bệnh nhân khác, bà cũng trãi qua những cuộc điều trị Tây y tại bệnh viện. Đầu tiên là phẩu thuật cắt bỏ khối u sau đó là xạ trị để triệt tiêu tế bào ung thư nhưng do sức khỏe yếu không thể thực hiện tiếp được xạ trị. Bà ngưng khi chỉ mới thực hiện được một nữa.

Rời khỏi bệnh viện bà quyết tâm đều đặn chuyên trì niệm Phật, giữ tinh thần lúc nào cũng lạc quan tin tưởng và cuộc sống. Bên cạnh đó, bà giữ chế độ ăn uống lành mạnh cùng uống thêm thuốc đông y. Kiên trì và chánh niệm, bà đã chữa khỏi bệnh ung thư cổ tử cung.

Theo *www.kienthuc.net*

Thầy Chân Pháp Đăng chữa khỏi Ung thư nhờ Chánh niệm

Dùng thức ăn lành mạnh – giữ tâm vui tươi, không lo sợ - Sống với biết ơn – Và không ngừng chánh niệm

Thầy Chân Pháp Đăng (sinh 1964) là một trong những đệ tử của Thiền sư Thích Nhất Hạnh. Quê quán tại Huế, hiện đang tu học tại Làng Mai (Pháp).

Năm 2010, trong chuyến về Việt Nam thăm gia đình, thầy mắc chứng đau dữ dội. Qua các xét nghiệm, bác sĩ kết luận thầy bị ung thư đại tràng với khối u ở đại tràng to quả trứng vịt.

Thầy yêu cầu được phẩu thuật. Sau phẩu thuật, các bác sĩ đề nghị phải hóa trị để triệt tiêu những tế bào còn lại vì một số đã di căn vào hệ bạch huyết. Nếu trễ, những tế bào có thể đột phát một cách dữ dội gây nguy hiểm đến sự sống. Thầy từ chối không thực hiện hóa trị dù các bác sĩ thuyết phục thế nào.

Thầy bảo: *"Tôi không tin nhiều vào phương pháp hóa trị. Lí do là tôi cũng có có nghiên cứu về các loại hóa chất. Chất cytotoxin nhắm tới tiêu diệt tế bào ung thư nhưng cũng đồng thời tiêu diệt cả tế bào thường nên cũng gây nguy hiểm đến tính mạng. Tôi có linh cảm, nếu điều trị theo phương pháp hóa chất tôi sẽ không vượt qua nguy hiểm."*

"Hơn nữa, sức khỏe của tôi quá yếu, cơ thể sẽ không chịu được việc điều trị bằng các phương pháp của Tây Y. Tôi biết cơ thể tôi cần nghỉ ngơi. Tôi tin vào khả năng trị liệu của cơ thể. Vì vậy tôi quyết định trở về Làng Mai (Pháp) nương tựa vào thiền sư Thích Nhất Hạnh, nương tựa vào Phật Pháp và áp dụng phương pháp thiền định và ăn cơm dạo lức theo phương pháp thực dưỡng Osawa để điều trị"

Trong những ngày ở Việt Nam thầy kết hợp ăn chay và dùng thêm uống thuốc nam. Sau thầy quay lại Pháp chuyên trì Chánh Niệm, kết hợp ăn uống lành

mạnh, giữ tinh thần lạc quan. Ba tháng sau, thầy đi kiểm tra kết quả chỉ số máu cho thấy không còn ung thư. Ba năm sau, tháng 10/2013, thầy quay lại Việt Nam với sức khỏe hoàn toàn khỏe mạnh. Dấu hiệu của khối u gần như không có.

Thầy đã chia sẻ câu chuyện của thầy qua cuốn sách "***Trị liệu ung thư bằng Chánh Niệm***", bạn có thể tìm đọc. Hoặc tìm đọc trên các trang báo mạng.

Câu chuyện kỳ diệu của Sư cô Quảng Phước trở về từ cõi chết nhờ Niệm Phật

Sư cô Quảng Phước xuất gia tại Chùa Sư Bà Hải Triều Âm, Đà Lạt. Nhưng do bệnh tật nên xuất chúng để điều trị. Lúc này sư cô được chị nuôi của mình, người bảo trợ và lo lắng cho sư cô, là tỳ kheo Tịnh Hương đưa xuống Tịnh thất Bửu Thành, Vũng Tàu để dưỡng bệnh. Tại đây, sư cô được trụ trì Tịnh thất là ni sư Thanh Nhàn nhận làm Y Chỉ Sư.

Nhắc lại về căn bệnh của sư cô, căn bệnh hành hạ cô một năm dài. Ban đầu, chỉ với triệu chứng đau bụng, đại tiện tiểu tiện khó khăn. Nhưng dần dần chuyển nặng hơn, có lần đi cầu ra máu, đi bác sĩ chẩn đoán bệnh trĩ và cho thuốc uống nhưng bệnh mỗi ngày một nặng thêm.

Lo lắng, sư cô Tịnh Hương mới đưa sư cô lên bệnh viện Ung Bướu để khám. Tại đây các Bác sĩ chẩn đoán có một khối u ác tính trong bao tử cho uống thuốc và tiêm thuốc để khối u teo. Nhưng khối u không teo mà ngày càng lớn và vỡ ra chảy máu. Lo lắng sư cô Tịnh Hương đưa sư cô sang BV Chợ Rẫy. Qua các xét nghiệm nội soi, kết quả cho thấy các tế bào đã di căn khắp bao tử và đường ruột làm hư hoại hết. Và chuẩn bị di căn lên đến cổ. BS bảo giờ không thể phẩu thuật hay cắt bỏ gì được. Giờ chỉ có về mà nghỉ dưỡng. Thèm gì thì ăn đó.

Vậy là sư cô đi mấy bệnh viện Thành Phố mà bệnh ngày càng nặng, đi từ lúc các khối u còn chưa bị vỡ, đến lúc khối u bị vỡ di căn khắp cơ thể vẫn không thể chữa chạy được. Ra khỏi bệnh viện, sư cô xé tất cả các loại giấy tờ, kết quả xét nghiệm. Trở về Tịnh Thất, sư cô chỉ còn cách mong nhờ vào tha lực của chư Phật.

Tại Tịnh thất Bửu Thành, sư cô chịu đựng cơn đau đớn hành hạ. Do đường ruột bị hư hỏng hết nên không thể ăn uống được gì. Chỉ có uống ít nước. Sức khỏe 100% thì đến 99% xem như đã chết không còn hi vọng cứu chữa. Cố gắng chịu cơn đau, sư cô vẫn cố gắng tụng kinh niệm Phật. Và cứ thế chỉ an dưỡng chờ ngày ra đi.

Một đêm, khi tình hình của sư cô trở nên nguy kịch nên ni sư Thanh Nhàn mới nhờ đến ban hộ niệm để trợ cho sư cô được vãng sanh. Và lúc đó ni sư cũng nhờ đến thầy Thích Giác Nhàn trụ trì Tịnh thất Quan Âm, Bảo Lộc, nhờ thầy xuống tịnh thất Bửu Thành để trợ niệm cho sư cô Quảng Phước. Và thầy rất hoan hỉ. Nhưng điều kiện trợ niệm tại tịnh thất không thuận lợi nên thầy đề nghị đưa về tịnh thất Quan Âm. Nơi đây phòng trợ niệm được khang trang ấm cúng, lại được hàng trăm người cùng trợ niệm. Liên tục các Phật tử tại tịnh thất thay phiên nhau trợ niệm cho sư cô.

Hình ảnh sư cô lúc trợ niệm để vãng sanh

Mấy ngày đầu cô chỉ cố gắng niệm theo đại chúng. Vẫn cơn đau đớn hành hạ và không ăn được mà chỉ uống vài ngụm nước. Kỳ diệu thay, sau vài ngày tụng

niệm, sức khỏe sư cô có phần khá hơn, cơn đau giảm bớt, giọng nói bớt độ mệt mỏi. Chân đi có cảm giác và máu bớt chảy.

Thấy nhiều ngày trôi qua mà chưa được vãng sanh, thấy sự vất vả của mọi người vì sư cô mà ngày đêm tụng niệm, sư cô đề nghị thầy Thích Giác Nhàn ngưng để mọi người được nghỉ ngơi nhưng thầy không đồng ý. Thầy bảo, nếu càng niệm mà giảm đau thì khi vãng sanh sẽ được nhẹ nhàng. Hơn nữa cũng là tạo điều kiện để đại chúng làm công đức.

Trong thời gian trợ niệm, đều đặn mỗi buổi chiều, thầy đều cho đệ tử mua cá, chim chóc về phóng sanh. Thầy nguyện sẽ phóng sanh cho đến khi sư cô Quảng Phước được vãng sanh mới thôi.

Ngày 22 tháng 07 năm 2009 (nhằm 1 tháng 6 năm Kỷ Sửu AL) , để lưu lại sự kiện, thầy Thích Giác Nhàn đã làm một phóng sự chia sẻ về buổi trợ niệm vãng sanh của sư cô Quảng Phước để làm tài liệu về sau. Bạn có thể tìm xem đoạn phóng sự về quá trình hộ niệm cho sư cô tại www.niemphatchuaungthu.com

Cuộc trợ niệm kéo dài đến ngày thứ 20 thì sư cô bắt đầu ăn được cháo loãng, đi đứng lại được. Khi đến ngày thứ 21. Thầy Thích Giác Nhàn nói vui "Vậy là Phật chê sư cô không chịu rước đi rồi. Giờ thì trả lại phòng nhường chỗ cho người khác". Vậy là cuộc trợ niệm kết thúc sau 21 ngày, dù sức khỏe chưa hoàn toàn bình phục nhưng xem như đã chiến thắng bệnh tật.

Sau 2 tháng, sư cô quay lại bệnh viện tái khám. Các bác sĩ rất ngạc nhiên khi thấy mọi xét nghiệm đều cho kết quả bình thường. BS hỏi sư cô đã dùng phương pháp gì. Sư cô nói chỉ nhờ tụng kinh niệm Phật. Bs hoàn toàn không tin tại sao lại có kết quả kỳ diệu vậy. Bác sĩ còn bảo "Bao tử của cô rất lạ, nó làm sao đó, không giống như người bình thường. Nó láng láng rất là đẹp. Bao tử của cô lúc trước hư hết mà giờ chỉ thấy một vết nhỏ".

Sau 7 năm trôi qua, hiện sư cô vẫn sống khỏe mạnh tại Tịnh thất Bửu Thành, Vũng Tàu.

Còn nhiều câu chuyện khác nhờ nhờ Niệm Phật đã giúp chuyển hóa tế bào ung thư như câu chuyện của Cô Trường (65t - Hà Nội) ung thư tử cung, Bé Anh Đoan (19 tuổi ở Bình Tân – TPHCM) ung thư xương ác tính, bé Hạnh (TPHCM) bị u não Nhật bản... Bạn có thể thêm xem tại www.NiemPhatChuaUngthu.com

Chị Thủy mới 42 tuổi thoát khỏi ung thư trực tràng giai đoạn cuối nhờ Diện Chẩn

*Câu chuyện của chị được đăng trên **Báo Người Giữ Lửa** ngày 24/12/2014*

Câu chuyện về chị Nguyễn Thị Thanh Thủy (SN 1972 ở Quận 3 TPHCM) mắc căn bệnh ung thư trực tràng giai đoạn cuối đã di căn trầm trọng.

Đầu năm 2014, chị chẩn đoán bị mắc ung thư trực tràng. Nhớ lại sự việc, chị kể: "Đôi lúc nghĩ lại, không hiểu tại sao tôi lại mắc căn bệnh này. Tôi có uống rượu không? Không. Tôi có ăn cay nóng nhiều không? Không. Chỉ có điều là tôi uống nước đá nhiều quá. Do trong xưởng làm việc rất mệt nhọc nên mỗi ngày tôi uống 4-5 ly nước trà đá. Biểu hiện ban đầu của tôi không có gì đặc biệt, chỉ là trướng bụng, hơi ợ, rối loạn

đại tiện. Nhưng ỉ lại coi thường nên không để ý. Đến lúc đi ngoài ra máu tôi mới hoảng. Đến lúc đi khám, bác sĩ kết luận là u trực tràng, khối u đã lớn phải phẩu thuật cắt bỏ"

Những ngày sau đó là những ngày cực hình đối với tôi. Ca phẩu thuật cắt bỏ khối u ở thực tràng và lắp hậu môn giả thành công, bác sĩ chỉ định cho tôi điều trị tiếp bằng hóa trị. Chị kể: "Thời gian đó, tôi không ăn uống được, chỉ truyền nước biển thôi. Người cứ vật vờ, nữa sống nữa chết, mệt rã người. Và tình trạng sút cân nhanh chóng. Bác sĩ cho tôi hóa trị 8 lần (3 tuần 1 lần). Nhưng sau đó đi khám lại thấy di căn xuống buồn trứng, khối u 3cm. Lúc đó tôi vẫn chưa rụng tóc. Nhưng sau 8 lần hóa trị bình thường không có kết quả, bác sĩ khuyên tôi chuyển qua dùng toa đặc biệt (40triệu/toa). Trời ơi. Khủng khiếp lắm, khi dùng 2 tia đặc biệt thì tôi mệt rũ người, tóc rụng hết, đi ngoài liên tục do phản ứng thuốc, các ngón chân tay tê cứng và đen xám lại. Tôi sợ quá vội xin về.

Trong giai đoạn đó, tức khoảng đầu tháng 5/2014, chị nghe thông tin về Diện Chẩn thông qua một người bạn. Mách rằng chữa bệnh bằng Diện Chẩn ít tốn kém, đơn giản là kích thích các huyệt ở mặt để cơ thể tự sản sinh ra kháng thể để kháng bệnh tật. Rồi

người này giới thiệu qua thầy Đỗ Hữu Sơn, một trong những học trò của thầy Bùi Quốc Châu, người phát minh môn Diện Chẩn.

Nhớ lại quá trình chữa trị, chị Thủy cười: "Ban đầu, tôi cũng không tin tưởng Diện Chẩn lắm. Nhưng còn nước còn tát, biết đâu tôi gặp may. Rồi tôi được thầy tận tình chữa trị cho tôi một tháng đồng thời thầy hướng dẫn tôi phương pháp thở để duy trì ổn định trong cơ thể và hướng dẫn ăn uống đúng cách để hạn chế sự gia tăng của khối u. Dần dà, tôi thấy trong người tôi có những biến chuyển rất rõ rệt. Nhất là việc ăn uống của tôi tốt hơn, tôi không còn giảm cân nữa mà ngược lại có dấu hiệu tăng cân. Ngoài ra đi đại tiện cũng dễ dàng và không bị phân đen. Những mệt mỏi trong cơ thể tan biến.

Sau khi kiên trì một tháng, kết quả khối u trong buồng trứng không còn. Chỉ số ung thư đã giảm trở về gần bình thường. Tôi đã tiếp tục bấm cho tới khi hết bệnh. Giờ thì anh thấy tôi đã hoàn toàn khỏe mạnh rồi đấy. *(Theo tạp chí **Người Giữ Lửa** ngày 24/12/2014)*

Chị Minh chữa bệnh u não cho con gái bằng Diện Chẩn sau khi điều trị bằng Tây Y thất bại

Xót thương con gái u não phải sống cảnh thực vật, người mẹ liều dùng phương pháp lạ

Câu chuyện về chị Minh (Hà Nội) có con gái bị mắc U não đã tìm đủ mọi phương pháp tốt nhất để chữa chạy bằng phương pháp tốt nhất nhưng đều không mang lại kết quả. Những tưởng con gái mình sống cảnh đời sống thực vật hoặc không thể kéo dài sự sống. Thế nhưng điều may mắn đến với chị khi được biết đến Diện Chẩn, còn cơ may hi vọng nên chị Minh cả gia đình đã học Diện Chẩn. Sau thời gian dài kiên trì và nỗ lực, cả nhà thay phiên nhau chữa trị, con gái chị Minh đã bình phục.

Chị Minh kể lại quá trình chữa trị cho con gái. "Tôi có đứa con gái sinh 1974. Nó là niềm tự hào của tôi. Nó thông minh giỏi giang lại ngoan ngoãn hiền lành. Thế những đến năm 2010, nói lâm bệnh. Ban đầu thấy em nó biểu hiện thất thường, đi 4-5 bước thì bị vấp ngã. Tôi nghi tai biến mạch máu não nên bảo em nó đi chụp cắt lớp thế nào nhưng nó sợ hại não nên không đi. Rồi đến tháng 10/2010, tự nhiên nó

mắc chứng nghiện ngủ, ngủ li bì suốt cả ngày. Gia đình lo quá vội đưa nó vô bệnh viện kiểm tra. Không ngờ, khối u của nó đã lớn lắm khoảng 7x8cm.

Bác sĩ bảo em nó nặng lắm phải mổ ngay mới có khả năng cứu sống. Vì lo cho con tôi nên tôi mời những giáo sư đầu ngành về não để hội chẩn. Họ đều đồng ý là phẩu thuật được. Tuy nhiên, một điều mà họ không tiên lượng được là khi mổ, máu ra quá nhiều. Họ không xử lí được. Con tôi gần như kiệt sức trên bàn mổ. Bác sĩ sợ quá vội đóng hộp sọ lại, không dám mổ nữa.

Lúc đó, tôi tưởng con tôi nó "đi" rồi chứ. Nhưng cố gắng bồi dưỡng thì 2 tháng sau, sức khỏe em phục hồi dần. Nhưng thể trạng phục hồi chứ u vẫn phát triển không ngăn được. Chứng kiến em như vậy, bác sĩ quyết định mổ lần nữa.

Lần này, các bác sĩ dự định chỉ sử dụng dao gamma để cắt bỏ u. Nhưng rồi… sau phẩu thuật, bác sĩ gặp riêng chúng tôi và lắc đầu. Dao gamma chỉ khống chế được khối u nhỏ. Chứ u lớn, dao gamma chỉ cắt một phần không đáng kể. Ra khỏi phòng phẩu thuật, con gái tôi hầu như không biết gì, hơi thở thoi thóp nhìn rất đáng thương. Sau 4 ngày, con tôi hấp hối, nguyên do là các khối u bị phù nề, chèn ép dây

thần kinh. Bác sĩ bảo đưa ngay về, không sẽ "đi" tại bệnh viện. Dùng loại thuốc đặc trị thì nó chỉ tỉnh táo tạm thời chứ các cơ quan chức năng không phục hồi được. Gia đình chuyển xuống khao chăm sóc đặc biệt nhưng các bác sĩ bảo không hi vọng gì nhiều, chỉ sống đời sống thực vật, ngày nào hay ngày ấy.

Rồi tôi nhờ một người bạn mách về phương pháp Diện Chẩn, ban đầu tôi mày mò với phương pháp lạ lẫm này. Nhưng vẫn hi vọng cứu con nên tôi cứ liều lĩnh áp dụng. Tôi cứ làm theo hướng dẫn được thời gian thì thấy con tôi có dấu hiệu chuyển biến tốt. Cai gái tôi bắt đầu có cảm giác ở tay chân. Tôi mừng quá liền động viên cả nhà đi học để chữa cho con gái tôi. Chồng nó, chị dâu và tôi thay phiên bấm huyệt cho em. Cứ thế liên tục trong hơn một năm, con gái tôi phục hồi không thể tin được. Từ chỗ đời sống thực vật, giờ nó đã có thể đi lại dù rất chậm chạp. Trí não của nó giờ đã bình thường, đã nhớ hết mọi chuyện.

Hiện tại, chị Minh không chỉ chữa bệnh cho con gái mà còn giúp chữa cho nhiều người tại Hà Nội đạt kết quả rất cao.

Trích từ lại Bài phỏng vấn chị Minh của PV báo Người Giữ Lửa (đăng tải ngày 15/04/2015)

Cầu nguyện ơn Chúa vẫn sống khỏe với bệnh ung thư vú và ung thư gan

(Câu chuyện đăng tải trên trang của Hội Thánh Tin Lành Thông Công)

Năm 1987 Bà Phạm Văn Tâm cùng con gái qua Úc đoàn tụ với chồng và con trai. Vốn xuất thân từ gia đình thờ cúng ông bà, nên dầu được một tín đồ Tin Lành giới thiệu về Chúa Cứu Thế Giê-xu nhưng ông bà không muốn "đổi đạo".

Năm 1989, sức khoẻ của Trung là con trai ông bà suy giảm nhiều, và được bác sĩ tim mạch nổi tiếng Victor Chang cho biết phải thay tim ngay mới có thể cứu được. Cũng trong thời gian nầy chính bàTâm cũng được biết mình bị ung thư ngực. Trong cảnh đơn chiếc và với căn bệnh hiểm nghèo đó, gia đình mới nhớ lại lời nói của người tín đồ Tin Lành: "Chỉ có Đức Chúa Trời là Đấng mình có thể nhờ cậy," nên cả gia đình quyết định tin nhận Chúa Giê-xu. Sau đó Trung cho biết: "Con không thay tim đâu. Chúa cho con trái tim như thế nào, con chấp nhận thể ấy." Với quyết định đó, Chúa đã cho Trung sống thêm bốn năm nữa, rồi về Nước Chúa năm 1994. Lúc Trung trút hơi thở

cuối cùng trong bệnh viện, gia đình đứng đó cầu nguyện, bình tĩnh chấp nhận hoàn cảnh mà Đức Chúa Trời an bài khiến tôi cũng phải ngạc nhiên.

Sau khi biết mình bị ung thư không lâu, bà Tâm lại biết mình bị cả ung thư gan! Trong suốt những năm chữa trị hai chứng bệnh ngặt nghèo nầy, bà ba lần bị tai biến mạch máu não. Những người mang những chứng ung thư đồng thời với bà, hoặc sau bà, đều đã qua đời; nhưng bà vẫn còn sống với chồng và con gái. Ba lần bị tai biến mạch máu não khiến bà đi đứng hơi khó khăn, một cánh tay bị yếu hẳn; nhưng bà vẫn có thể tự tắm rửa, ăn uống, đi đứng một mình, và nói năng lưu loát. Mỗi ngày thức dậy sớm, bà hát thánh ca, đọc Kinh Thánh, và cầu nguyện; mỗi sáng sớm thứ bảy, bà cùng chồng, con gái và con rễ đến nhà thờ để cầu nguyện với các tín hữu khác; và bà không vắng mặt buổi thờ phượng Chúa Nhựt nào cả. Bà tâm sự rằng "khi cầu nguyện, đôi lúc tôi khóc với Chúa, nhưng đôi lúc tôi cũng cười với Chúa". Bà biết rằng mình còn sống đây là Chúa cho sống; nhưng có khi vì ngại là gánh nặng của gia đình bà muốn được về Nước Chúa, và đồng thời cũng muốn gặp lại Trung, người con trai đã về Nước Chúa trước. Riêng tôi, tôi biết Đức Chúa Trời cho bà còn sống vì ít nhứt gia đình bà cần sự có mặt của bà.

Khi được hỏi: "Bà nghĩ thế nào khi Trung qua đời, và khi bà phải mang những chứng bệnh nan y trong người ?" Bà Tâm đã trả lời: "Tôi nghĩ rằng Đức Chúa Trời biết con người tôi rất nghi ngờ, đúng ra là rất "lì", nên không những Ngài cho phép Trung mang bệnh nặng và qua đời, Ngài còn cho phép nhiều căn bệnh nặng xảy đến cho tôi để tôi tin và bám víu vào Ngài. Trung đã hoàn thành công tác mình trên đất và được về Nước Chúa. Riêng tôi, ngày trước đức tin còn đơn sơ lắm, bây giờ đức tin đặt nơi Đức Chúa Trời vững chãi hơn nhiều. Gia đình tôi không còn đơn chiếc nữa, vì có người trong Hội Thánh hỏi thăm, đến thăm và cầu nguyện cho chúng tôi".

Năm nay ở tuổi 69 bà Tâm vẫn sinh hoạt thường xuyên với Hội Thánh Tin Lành Việt Nam tại Úc (Sydney). Đời sống bà giúp tôi nhớ lại câu Kinh Thánh: "Trái lại, trong mọi sự đó, chúng ta nhờ Đấng yêu thương mình mà thắng hơn bội phần" (Rô-ma 8:37).

Mục sư Đoàn Trung Chánh

Sydney – Úc đại lợi

Bà Hồ Thị Thu - Từ một người mắc căn ung thư chờ chết, bà Thu trở thành vị cứu tinh cho rất nhiều người

Cô Hồ Thị Thu năm nay 59 tuổi (ở thôn Hội Vân, xã Cát Hiệp, huyện Phù Cát, tỉnh Bình Định), là người từng bị ung thư vú và đối mặt với tử thần. Ngày bệnh viện trả về nhà vì vô phương cứu chữa, cô chỉ mới 29 tuổi. Cô gái nhà quê 29 tuổi tuy đã có chồng và có con nhưng còn khá trẻ ấy từ 60kg cân nặng sụt xuống chỉ còn 35kg, da bọc xương, suốt ngày thổ huyết và chỉ ngồi một chỗ chờ thần chết tới.

Trong cơn quẫn bách, cô Thu nghe rằng ở Bình Phước có một cơ sở trường sinh học trị bệnh rất hiệu nghiệm, nên "còn nước còn tát" cô đã tìm đến tận nơi để may ra "phước chủ may thầy". Bất ngờ, cô qua khỏi, chỉ sau thời gian 6 tháng cô đã tự chữa khỏi căn bệnh của mình.

Từ câu chuyện của mình, cô chia sẻ nhiều người và giúp đỡ nhiều người chữa khỏi bệnh. Dần dần cô mở ra cơ sở trị liệu ung thư cho mọi người. Hiện cô

Hồ Thị Thu là phó Chủ tịch Hội Tâm Năng Dưỡng Sinh tỉnh Dak Lak.

Theo ***báo Lao Động.*** Bạn tìm hiểu thêm tại www. www.truongsinhhocds.com

Anh Lê Văn Khả (55 tuổi – Lagi – Hàm Tân - Bình Thuận) ***chữa ung thư đại tràng bằng phương pháp ăn gạo lức muối mè*** *(Ghi lại chia sẻ của ông tại Chùa Long Hương - Đồng Nai)*

Trước đây tôi to khỏe nặng tới 70kg nhưng đến tháng 6 năm 2013, tôi thấy đau vùng bụng nhưng đi khám tuyến huyện uống thuốc mấy ngày không hết nên tôi đi lên Thành Phố xét nghiệm. Tại bệnh viện Đại Học Y Dược, kết quả kết luận tôi bị ung thư trực tràng với khối u nằm cách hậu môn 10cm. Bác sĩ yêu cầu mổ hết hơn 80 triệu. Sau đó bác sĩ yêu cầu tôi hóa trị rồi xa trị vì các tế bào ác tính di căn. Nhưng tôi cũng e ngại vì tình hình kinh tế khó khăn.

Lúc đó tôi được người giới thiệu đến thầy Thích Tuệ Hải, khi gặp thầy, vết mổ của tôi còn chưa lành hẳn. Nhờ thầy hướng dẫn, tôi kiên trì áp dụng ăn gạo lức muối mè. Trước đây, tôi làm nhà nước nên ăn uống nhiều giờ ăn uống như thế này tôi không chịu nổi. Nhưng vì muốn chữa bệnh nên tôi ráng. Khi ăn

được 49 ngày, người tôi rất mệt và khó chịu, xì tùm lum. Rồi tôi ráng đến 3 tháng 10 ngày, thầy và các anh em trong cơ quan yêu cầu tôi đi kiểm tra sức khỏe. Khi tôi đi kiểm tra, kết quả không cho thấy có dấu hiệu nào của bệnh ung thư nữa. Bác sĩ còn nghi ngờ tôi có đúng là Lê Văn Khả không hay là người khác thay thế. Tôi mừng quá. Tôi rất đội ơn và tri ân thầy Thích Tuệ Hải đã cứu giúp tôi.

Ông Hoàng Đỗ Tuấn (59 tuổi) thoát khỏi ung thư gan, phổi và nhiều bệnh khác nhờ ăn gạo lức muối mè

(Ghi lại chia sẻ của ông tại Chùa Long Hương)

Kính thưa sư thầy, ngày xưa con vô minh nên ngang tàng lắm. Bệnh con không biết sợ, chỉ mỗi rượu thôi. Cứ cái gì không vui là con tìm đến rượu. Rồi một đợt con bị đau đi khám thì bảo viêm gan sơ sơ nhưng rồi còn cứ sụt cân từ 68kg chỉ còn 53kg. Con đi khám lần 2 thì phát hiện ung thư gan giai đoạn 3 và phát hiện thêm 2 lá phổi xám nghịt. Và vùng thượng vị chỗ dạ dày rất đau. Tôi đi khám đến 3 bệnh viện trong Nam nhưng bác sĩ bảo tôi về thích gì ăn đó. Miền Bắc tôi đi 2 bệnh viện nhưng bác sĩ đều lắc đầu.

Cơn đau cứ hành hạ tôi. Mỗi lần đau là tôi cứ đổ rượu vào cho hết đau. Tôi mắc cả bệnh trĩ nội và trĩ ngoại nữa. Tôi rất mỏi mệt. Rồi tôi nghĩ tới Phật. Tôi cũng không hiểu tại sao. Vì từ nhỏ tới giờ tôi không hề biết gì đến Phật Pháp, đến Chùa, bạn bè rủ tôi đi chùa, tôi chỉ đến cổng Chùa là về. Ấy vậy mà bây giờ tôi lại nghĩ đến Phật. Tôi cầu cứu một người bạn của tôi ngày xưa thương hay đi Chùa "Mày kiếm dùm tao chùa nào để tao vào đó Niệm Phật và chữa bệnh" Thằng bạn tôi bảo "Mày cứ rượu chè suốt ngày mà Niệm Phật thế nào". Nhưng bạn tôi cũng đi cùng với tôi. Bạn tôi đưa tôi đi gặp thầy Thích Tuệ Hải, thầy hướng dẫn tôi ăn theo gạo lức và uống các bài thuốc của thầy. Dù rất đau đớn nhưng tôi cố gắng kiên trì. Quá trình trị bệnh thật nan giải. Mỗi lần tôi uống thuốc vào là người căn lên, mồ hôi vả ra như tắm. Có lúc tôi không đi nỗi mà chỉ ở ngay cửa nhà vệ sinh. Đến ngày thứ 10 sư Nhã hướng dẫn tôi uống nước bột sắn dây với gừng. Tôi thấy khỏe hơn và tiếp tục kiên trì ăn cơm gạo lức muối mè. Sau 2 tháng 11 ngày, tôi đi kiểm tra. Thật bất ngờ là 2 lá phổi tôi trở nên trắng không còn vết nám, dạ dày không còn viêm loét nữa. Tôi không tin nữa. Rồi hơn 4 tháng sau, tôi đi khám lần thứ 2, ở bệnh viện đầu tiên tôi khám, kết quả cho 100% là không có một chứng bệnh nào. Tôi không tin

mà kêu xe ôm đi bệnh viện thứ 2, cũng cho kết quả như vậy. Tôi lại đi bệnh viện thứ 3 cũng không phát hiện bất kỳ bệnh nào, máu của tôi hoàn toàn sạch như thanh niên vậy. Tôi mong các Phật tử, trước tiên hãy tin tưởng vào Phật, hãy tin tưởng vào phương pháp Ohsawa để chữa bệnh.

Con tưởng từ cõi chết mà bây giờ được một sức khỏe như thế này, con xin đội ơn thầy Thích Tuệ Hải và các sư trong Chùa Long Hương đã giúp con chữa bệnh. Mong chư Phật mười Phương hộ trì cho thầy, cho cô đạo lực viên thành công viên hoàn mãn A Di Đà Phật.

Và rất nhiều câu chuyện khác được ghi nhận tại Chùa Long Hương – Đồng Nai nhờ thầy Thích Tuệ Hải hướng dẫn phương pháp thực dưỡng đã thoát khỏi ung thư như câu chuyện của Nguyễn Thị Liên (51 tuổi ở Berlin - Đức) ung thư vùng thượng vị, như chị Trần Thị Năm (59 tuổi – Bình Chánh – TPHCM) ung thư vú và u tử cung, Cô Nguyễn Thị Hưởng (57 tuổi – Bình Thạnh – TPHCM) ung thư tử cung,...

Ông Ngô Ngọc Chạy thoát khỏi ung thư kỳ diệu

Câu chuyện của ông Chín Chạy (SN 1955, ngụ khu phố 5, thị trấn Mỏ Cày, huyện Mỏ Cày Nam, tỉnh Bến Tre) được các phương tiện truyền thông nhắc nhiều đến như một phép màu.

Ông Chín Chạy cùng lúc bị ung thư gan di căn, ung thư phúc mạc, loét dạ dày tá tràng, bướu tuyến ống dạ dày, giãn tĩnh mạch thực quản F1, nhiễm HP. Bệnh viện Chợ Rẫy TP. HCM đưa ra nhận định ông chỉ sống được tối đa 7 ngày sau khi xuất viện vào ngày 24/4/2013.

Ông kể "Đầu năm 2013, tui đang mạnh khỏe đột nhiên bị đau bụng dữ dội, bụng căng cứng. Đi bác sĩ tư uống thuốc không hết. Sau đó tui lên BV Đa Khoa – Cù Lao Minh (huyện Mỏ Cày) rồi qua BV Nguyễn Đình Chiểu (Bến Tre). Bác sĩ không nói với tui là bị bệnh gì. Chỉ thấy mặt vợ tui buồn buồn. Về nhà, cơn đau bụng càng dữ dội hơn.

Sau đó gia đình đưa ông lên BV Chợ Rẫy (TPHCM). Tại đây, ông được cho làm các xét nghiệm, siêu âm, chụp X- quang, chụp cắt lớp... Nhưng các bác sĩ cũng không nói ông bị bệnh gì. Chỉ biết, 12 ngày sau họ cho ông Chín xuất viện.

Ông Chín kể: "Tui thấy vợ tui buồn lắm, nhưng hỏi bả là tui bị bệnh gì thì bả không nói. Lúc nằm trên xe cứu thương từ TP. HCM về Bến Tre, tui mới kêu vợ đưa cho xem giấy ra viện và tá hỏa khi thấy mình bị ung thư gan thời kỳ cuối. Hèn chi bác sĩ cho về. Lúc này vợ tui mới cho biết, đứa cháu làm bác sĩ của tui sau khi xem bệnh án, đã nói tui còn sống tối đa... 7 ngày".

Về đến nhà, ông Chín Chạy hoàn toàn gục ngã, sức khỏe rất yếu, đi đứng không vững, những cơn đau hành hạ suốt ngày đêm. "Vòng bụng của tui lúc bình thường đo 96cm, khi từ bệnh viện về nó lên đến 114cm. Mỗi ngày tui ăn không được 1 muỗng cơm, chỉ uống nước đường với đá lạnh cầm cự", ông Chín kể.

Khi đó, gia đình ông đã chuẩn bị sẵn sàng hậu sự cho ông: Vị trí đất chôn cất, quan tài, di ảnh, những vật dụng cần thiết cho tang lễ đã chuẩn bị xong.

Trong lúc nằm chờ chết, ông Chín Chạy chợt nhớ bài thuốc có thể hết bệnh ung thư nhờ uống con cóc. Ông Chín nói: "Lúc đó tui nghĩ, trước sau gì cũng

chết, nên tui nói với người thân cứ thử tìm con cóc làm thuốc như người ta chỉ, uống xem sao. Đàng nào tui cũng chết, biết đâu phước chủ may thầy lại hết bệnh".

Chiều ý ông, người nhà chạy khắp nơi tìm mua cóc. 2 ngày đầu tiên, mỗi ngày ông Chín nuốt 6 cái mật cóc sống, đến ngày thứ 3 thì nuốt 9 cái mật cóc. Sau đó ông Chín dặn người nhà mổ bụng con cóc bỏ ruột, bao tử, trứng - những thứ được cho là có chứa chất độc.

Còn da, thịt, xương và các phần nội tạng còn lại của con cóc được bỏ vào nồi đất nướng thành than, sau đó dùng cối xay tiêu xay nhuyễn, bỏ vào bình cho ông dùng hàng ngày. "Lúc đó tui dùng mỗi ngày 9 con cóc. Điều kỳ lạ là qua ngày thứ 8, tui vẫn còn sống chứ không chết! Tui nghĩ chắc là có công hiệu, nên tiếp tục uống", ông Chín nhớ lại.

Uống gần 3 tháng thì những cơn đau nhức trong bụng lui dần, nhưng cái bụng vẫn không xẹp xuống. Tình cờ một người bạn của vợ ông Chín đang sống bên Mỹ nghe chuyện bệnh tình của ông, liền gọi điện thoại về chỉ cách: Lấy lá đu đủ vàng đã rụng xuống đất, phơi khô. Rồi lấy gốc cây sả xắt mỏng, phơi khô, sao vàng nấu nước theo công thức: Mỗi ngày 6 lá đu

đủ và 2 muỗng canh gốc sả, bỏ vào 2 lít nước nấu sôi, để nguội uống, bụng sẽ xẹp.

Ông Chín Chạy làm theo hướng dẫn. Mỗi ngày tôi cứ uống nước lá đu đủ, gốc sả và bột con cóc. Cứ 1 tuần, 1 tháng, bụng tôi xẹp dần. Sau 3 tháng tôi không còn đau nhức và bụng sẹp xuống, ăn ngủ bình thường.

Khi ông quay lại BV Chợ Rẫy để kiểm tra thì bác sĩ từng khám cho ông hết hồn khi kết quả cho thấy ông đã trở về bình thường không còn dấu vết của ung thư.

Ông Chín nói: "Sau này tui mới biết, con cóc uống vào có tác dụng hết đau nhức và có hoạt chất diệt các mầm bệnh trong cơ thể, kể cả tế bào ung thư. Còn nước lá đu đủ và gốc sả có tác dụng xổ độc ra ngoài. Hiện nay hàng ngày tui vẫn uống 2 lít nước lá đu đủ và gốc sả cùng 1-2 con cóc. Tính chung trong suốt thời gian trị bệnh, tui đã uống hết gần 4.000 con cóc".

Sau câu chuyện của ông, đã có hàng trăm cuộc điện thoại, gặp mặt để ông chia sẻ về quá trình chiến thắng bệnh ung thư kỳ diệu. Ông cho biết "Tui đã chỉ cho hơn 100 người nhưng hiệu quả 50%, có lẽ do họ không uống đều. Và cũng tùy cơ địa và tùy duyên".

Theo Vietnamnet.com

Chia sẻ của thầy giáo đánh bại ung thư phổi giai đoạn cuối nhờ lá đu đủ.

Bị ung thư phổi giai đoạn cuối, ông Phát được bác sỹ thông báo chỉ sống được 3–6 tháng. Bất ngờ, 3 tháng sau, ông hết hẳn bệnh và sống mạnh khoẻ nhờ uống nước lá đu đủ.

Ông Nguyễn Ngọc Phát (62 tuổi, ngụ TX. Dĩ An, Bình Dương) kể lại thời điểm ông bất ngờ phát hiện ra mình bị ung thư phổi giai đoạn cuối. "Tôi nhớ lúc ấy đang mùa World cup 2010, đang xem bóng đá thì tôi ho liên tục, cảm thấy khó chịu ở ngực. Tôi nghỉ cảm mạo do thức khuya nhưng hôm sau vẫn không hết. Lúc đó, tôi đang làm hiệu trưởng nên tranh thủ sau giờ làm tôi đi khám ở bệnh viện gần nhà. Bác sỹ nói tôi bị viêm phổi và cho thuốc uống trong vòng 1 tuần.

Sau 1 tuần, tôi vẫn không bớt ho, thậm chí ho nhiều hơn. Cảm thấy bất thường, tôi đi xuống Bệnh viện Phạm Ngọc Thạch (TP.HCM) làm các xét nghiệm. Nhưng sau nhiều lần chụp X-quang, CT, nội soi cùng nhiều xét nghiệm sinh thiết thì bác sĩ phát hiện ra tôi đã bị ung thư phổi giai đoạn cuối rồi".

Ông Phát cho biết, khi ấy các bác sĩ đã gọi riêng vợ ông ra và nói rằng thời gian sống của ông chỉ còn khoảng 3-6 tháng. Bác sĩ cũng khuyên gia đình nên tính cách đưa ông về nhà chăm sóc được ngày nào hay ngày đó, vì mọi biện pháp mổ xẻ hay điều trị hoá xạ trị cho ông lúc này chỉ tốn tiền của chứ không mang lại kết quả gì.

Các giáo viên ở trường THCS Võ Trường Toản (TX.Dĩ An, Bình Dương) cũng bàng hoàng, không thể tin thầy hiệu trưởng Phát mới đây còn khoẻ mạnh, tươi tỉnh mà lại bị bệnh hiểm nghèo, không thể cứu vãn nổi. "Bản thân tôi lúc đó đã chuẩn bị tâm lý mình sẽ chết"

Dù bác sĩ khuyên không hóa trị nhưng chúng tôi cũng nỗ lực chạy chữa tới cùng. Trong lúc chờ điều trị hóa trị, ông Phát đọc được một thông tin về ông Na bộ đội tỉnh Hà Nam bị ung thư phổi về nhà chờ chết nhưng nhờ uống nước lá đu đủ mà ông thoát khỏi cái chết.

Lúc đầu đọc thông tin ấy, ông Phát cũng bán tín bán nghi. Thế nhưng nghĩ mình cũng sắp chết, nên ông mạnh dạn kết hợp dùng bài thuốc từ lá đu đủ này trong quá trình hoá trị. Tháng đầu tiên mỗi ngày ông Phát lấy 6 lá đu đủ tươi (có cả cọng) rửa sạch sẽ, tuốt

vỏ bỏ đi rồi lấy lá và lõi. Ông chia làm 3 lần rồi cho vào ấm để sắc như sắc thuốc và uống nước, ăn lẫn cái. Từ tháng thứ hai, cũng với liều lượng lá như vậy, ông cho vào ấm chuyên hãm nước sôi như pha trà và uống cả ngày thay nước.

Áp dụng như thế trong 3 tháng liền, đến khi vào bệnh viện siêu âm lại, ông Phát cùng người nhà quá đỗi bất ngờ khi bác sĩ kết luận phổi của ông đã tốt lên rất nhiều. Kể lại khoảnh khắc hạnh phúc ấy, ông Phát nói: "Tôi nhớ như in là vị bác sĩ đã rất ngạc nhiên và dùng từ "ngoạn mục" để nói về sự tiến triển bệnh tốt lên không thể ngờ của tôi. Các lần siêu âm sau, bác sĩ cho hay vết thương trong phổi tôi đã lành hẳn, chỉ còn là vết sẹo mờ. Tôi đã được tái sinh, tôi tin bài thuốc từ lá đu đủ đã tác động lớn đến bệnh tình của tôi". Đã 2 năm nay tôi không đi khám lại nữa vì thấy sức khoẻ ổn định. Từ trải nghiệm bản thân, tôi có niềm tin là lá đu đủ tốt cho bệnh ung thư phổi".

"Bên cạnh việc uống nước lá đu đủ, tôi áp dụng cách ăn uống nhiều rau củ, hạn chế các loại thịt đỏ và tập thể dục nhẹ nhàng. Tôi cũng nghe kinh Phật để tâm hồn thanh thản".

Ông kể tiếp: "Tuy nhiên người mắc bệnh ung thư cũng cần có sự lạc quan, tinh thần vững vàng để đẩy

lùi bệnh tật. Tôi đã đọc trên báo có nêu rằng, theo tìm hiểu thì có đến 50% bệnh nhân ung thư chết do quá bi quan, sợ hãi với bệnh tật. Vì thế tôi luôn giữ tinh thần lạc quan, có niềm tin vào điều trị nên nhờ thế tôi đã thoát khỏi được ung thư".

Theo báo Người Giữ Lửa

Bác sĩ Phạm Trường Giang (Ung thư đại tràng và dạ dày) - ***Dinh dưỡng và vận động là bí quyết chiến thắng bệnh ung thư***

(Hình ảnh BS đi khám bệnh từ thiện ở vùng sâu)

Cách đây 9 năm, tôi được phát hiện là ca ung thư hiếm gặp trên thế giới: khối u cùng lúc xuất hiện trên hệ tiêu hóa – ung thư dạ dày và đại tràng giai đoạn 2. Hành trình điều trị kéo dài suốt 8 năm qua là khoảng thời gian khó khăn, tăm tối đối với tôi và gia đình nhưng cũng chính là hành trình để tôi khám phá bản thân, tìm ra nghị lực để vượt qua căn bệnh quái ác, vượt lên chính mình.

Ca phẫu thuật cắt bỏ một nửa đại tràng đến quá nhanh khi tôi chưa kịp hết bàng hoàng vì phát hiện mình đã bị căn bệnh chết người. Thời điểm đó, tinh

thần tôi suy sụp và bi quan, không khí gia đình nặng nề, u ám. Cơ thể tôi sau ca phẫu thuật đã yếu dần đi, lại bước ngay vào 9 toa hóa trị mà chỉ có thể hình dung bằng hai từ "kinh khủng". Do tác dụng phụ của hóa trị, tôi không ăn uống được gì, chỉ cần ngửi mùi cơm thôi cũng đã buồn nôn. Người sụt đi hơn 10kg, tâm lý bất ổn, gia đình lo lắng nhưng không dám nói ra, chỉ biết âm thầm đứng sau chăm sóc, động viên.

Là người làm việc trong ngành y, tôi bắt đầu tìm hiểu từ đồng nghiệp và biết được nguyên tắc 4E cho bệnh nhân ung thư chính là Early (can thiệp dinh dưỡng ngay từ đầu), Enough + EPA (thức ăn đầy đủ chất và có bổ sung EPA (một loại axít béo Omega-3 có tác dụng tốt trong ung thư), Easy (thực phẩm dễ thấy, dễ chế biến) và Exercise (thường xuyên vận động).

Tôi hiểu rằng để áp dụng được chế độ dinh dưỡng đúng, đủ, tập luyện thường xuyên như vậy, thứ cần nhất chính là nghị lực con người. Là một người chơi thể thao từ khi còn trẻ, tôi lấy đó làm điểm tựa cho mình. Học theo Lance Amstrong (vận động viên xe đạp nhiều lần vô địch giải đua vòng quanh nước Pháp (Tour de France) danh tiếng sau khi điều trị bệnh ung thư tinh hoàn di căn lên não), tôi tìm thấy sự đồng cảm sâu sắc từ ông và bắt đầu một lịch trình tập luyện, ăn uống khoa học.

Được sự động viên quý giá từ gia đình và bạn bè, đồng nghiệp, tôi quyết tâm gượng dậy, tập luyện tennis mỗi tuần 3 buổi, trung bình 2h/ngày. Chơi tennis giúp tôi mau đói và thèm ăn, giúp tôi ra nhiều mồ hôi nên cần uống nước nhiều – hai điều này rất có lợi cho bệnh nhân điều trị ung thư. Quan trọng nhất là vận động giúp tôi sảng khoái tinh thần, có thêm niềm tin và hi vọng chiến thắng bệnh tật. Vượt qua được sự yếu ớt trong người để đánh những cú bóng mạnh mẽ, đầy sinh lực chính là vượt qua được bản thân, tìm thêm được nghị lực đối mặt với quá trình điều trị phía trước.

Tôi tập tennis đều đặn mỗi tuần, sức khỏe đã cải thiện rõ rệt. Chứng chán ăn cũng đã bị đẩy lùi, tôi thèm ăn hơn và chú trọng vào cách ăn uống theo sở thích. Muốn ăn món gì, hãy ăn thật nhiều món đó. Có ngày tôi thích đồ chua (xoài, me…), có khi lại đồ ngọt (mật ong, sữa…), hoặc thịt, cá… tôi đều cố gắng ăn nhiều nhất có thể. Để tăng khẩu vị, tôi uống nhiều nước ép và ăn nhiều hoa quả. Mỗi ngày tôi chia làm nhiều bữa, mỗi bữa ăn ít một, uống nước liên tục từng ngụm nhỏ.

Ngoài ra tôi còn uống một số chất dinh dưỡng bổ sung để tăng cường sức khỏe. Tuy không dễ dàng lấy lại cân nặng nhưng tôi đã giữ thể trạng của mình

không bị suy kiệt trong quá trình hóa trị. Nhờ vậy tôi đã hoàn thành đúng lịch trình điều trị, sau một năm đã khỏi ung thư đại tràng và tiến hành điều trị ung thư dạ dày vừa phát hiện thêm.

Quá trình kéo dài 8 năm, hiện tôi đã không còn các khối u trong người, và trở lại với cuộc sống bình thường, khỏe mạnh. Ngoài công việc hàng ngày, tôi tham gia các chương trình y tế nhân đạo ở các vùng sâu vùng xa, khám chữa bệnh cho người nghèo. Chiến thắng căn bệnh ung thư khiến tôi cảm thấy cuộc sống có ý nghĩa hơn, tự tin hơn vào bản thân hơn. Vượt qua ung thư không chỉ là vượt qua bệnh tật, đó còn là cuộc chiến vượt qua chính mình.

Bác sĩ Trường Giang (60 tuổi, TP.HCM)

Theo http://vnexpress.net/

PHƯƠNG PHÁP SÚC RUỘT THANH LỌC CƠ THỂ

Phương pháp súc ruột Shank Prakshalana là phương pháp thanh lọc cơ thể trong yoga giúp làm sạch hệ tiêu hóa, đẩy mọi chất bẩn tích tụ lâu ngày trong cơ thể, cải thiện sức khỏe và trẻ đẹp hơn.

Bài hướng dẫn được trích lục trong Sách về Yoga của Andre Van Lysebeth rất hữu ích nhưng lại ít nhắc đến trong bộ môn Yoga.

1. Tác dụng:

- Giúp thanh lọc và loại bỏ rất nhiều độc tố, cặn bả bám lâu ngày ở thành ruột. Đưa cơ thể về trạng thái trong sạch.
- Ngăn chặn nhiễm độc của các tế bào chống lão hóa, ngăn ngừa bệnh tật

2. Thời gian:

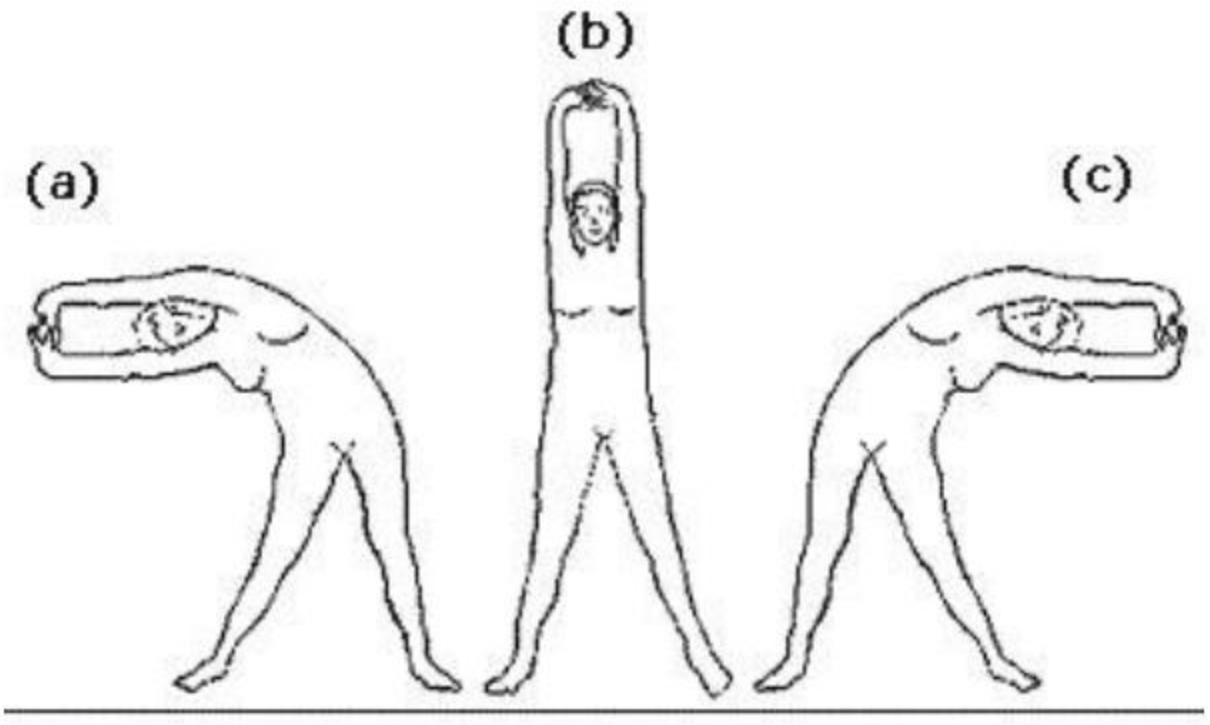
- Vào một ngày (hoặc buổi sáng) đảm bảo không vướng bận công việc gì.
- Tốt nhất vào buổi sáng khi bụng đói.
- Toàn bộ thời gian súc ruột khoảng 1h – 1h30 (lần đầu mình mất 2h, đuối luôn)

3. Chuẩn bị

- Nước nóng pha muối loãng. Độ mặn vừa đủ để có thể uống được. Mặn quá khó uống, mà nhạt thì không hiệu quả. Độ ấm nóng tối đa có thể uống được.
- Có thể chuẩn bị bình thủy nước nóng và nước lọc để sẵn để pha. Lượng nước cho 12-14ly (ly sinh tố ~ 350ml)

4. Bốn động tác cần thực hiện (như hình vẽ)

a/Động tác 1

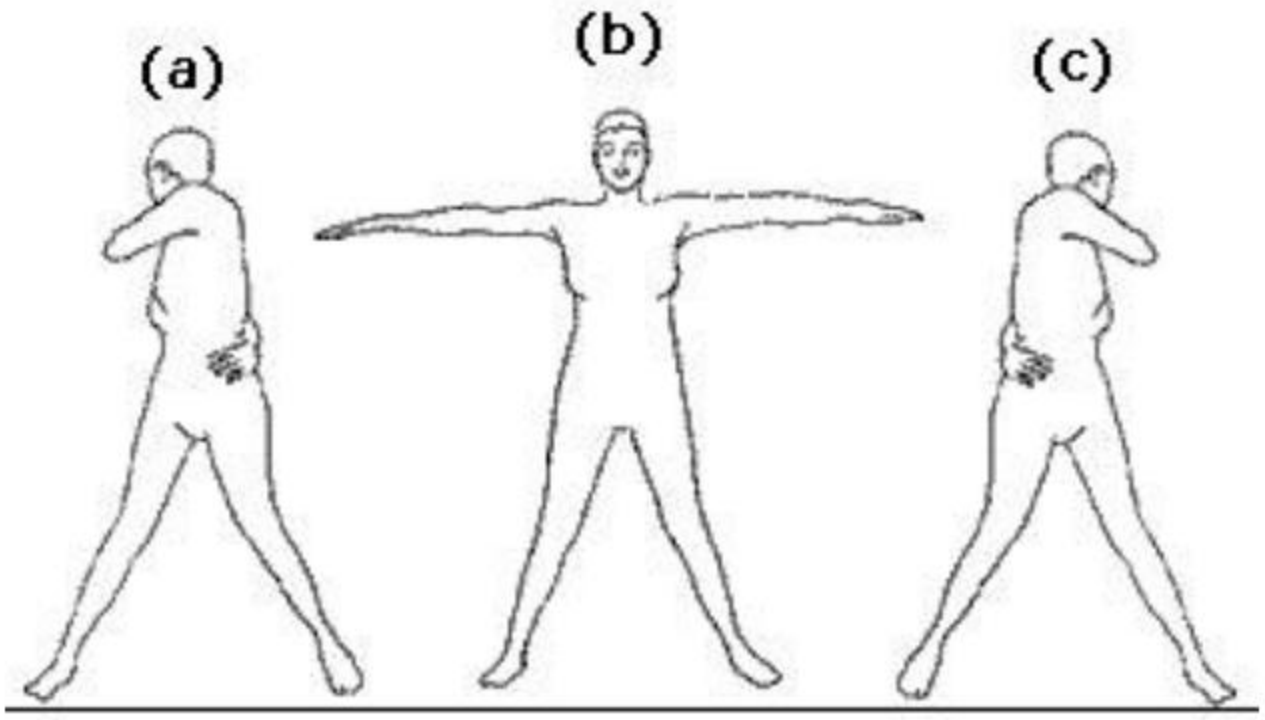


Đứng thẳng, 2 chân dang bằng vai, 2 tay đan lại, đưa thẳng lên cao, lòng bàn tay ngửa. Thẳng lưng hít thở bình thường, không xoay lưng. Nghiên người qua bên trái rồi nghiên bên phải. Mỗi bên 4 lần.

- Thời gian: 10 giây

- Tác dụng: Đưa nước từ dạ dày xuống ruột non

b/Động tác 2:

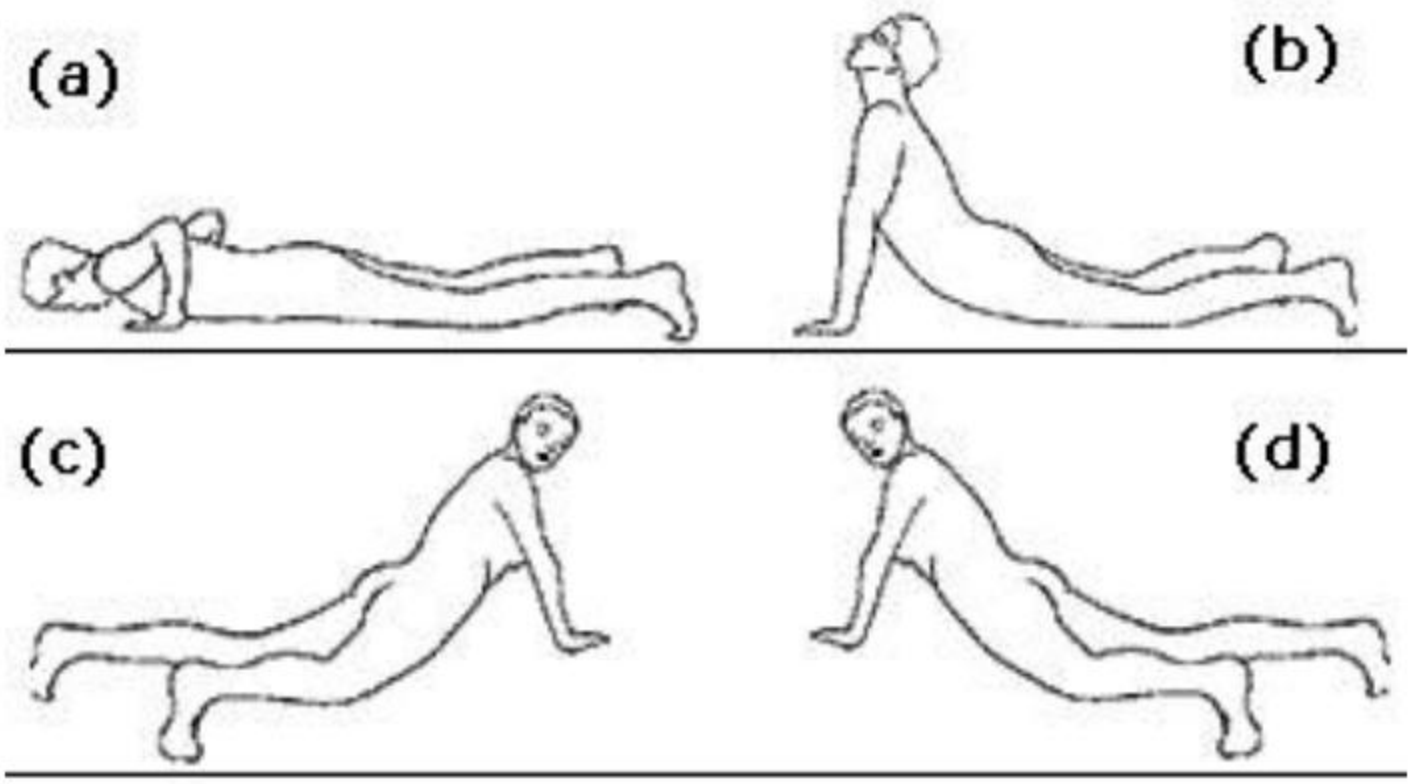


Đứng thẳng lưng. Bàn tay úp. Tay phải chạm đầu xương vai trái, oay tròn mình theo hướng trái, càng xa càng tốt, mắt nhìn theo các ngón tay. Sau đó chuyển tay, quay sang phải. Mỗi bên 4 lần.

- Thời gian: 10 giây

- Tác dụng: Tiếp tục đưa nước xuống ruột non.

c/ Động tác 3:

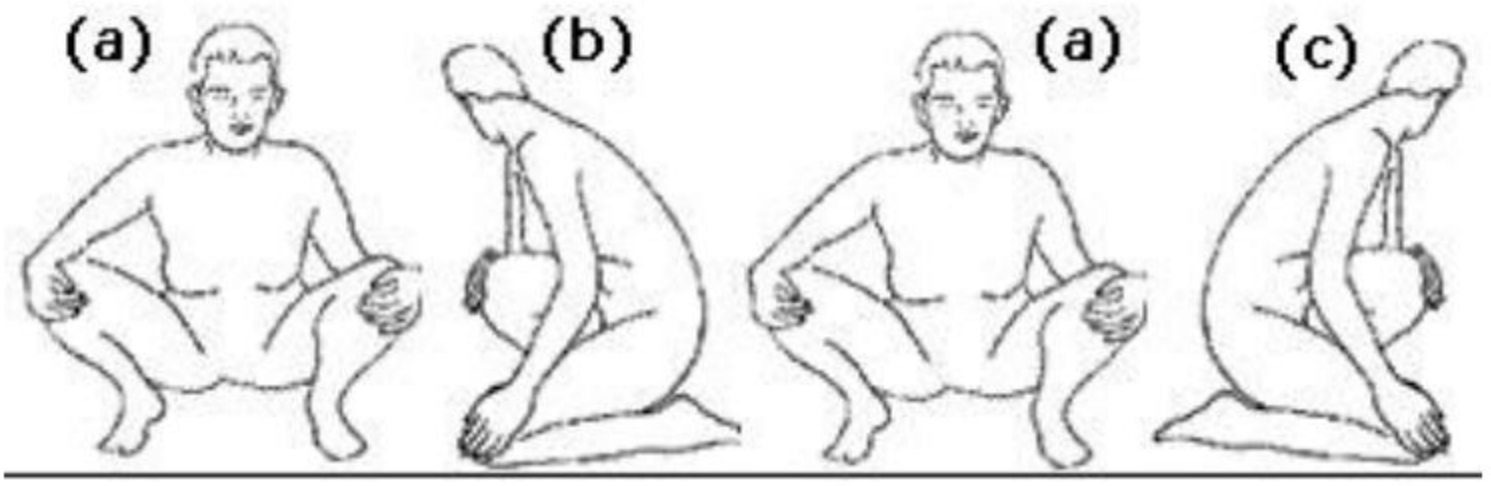


Nằm dài, 2 tay chống lên theo tư thể rắn hổ mang. Bàn tay và các ngón chân chạm đất, đầu giữ thẳng. Hai chân giang rộng ngang vai. Quay người nhìn qua phải, mắt nhìn gót trái. Sau đó quay trái nhìn gót phải.

- Thời gian: Tối đa 15 giây

- Tác dụng: Tiếp tục đẩy nước xuống ruột non.

d/Động tác 4:



Ngồi xổm, 2 chân dang rộng bằng vai, 2 gót chân hơi đưa ra ngoài (ko đặt dưới mông). Đặt 2 tay lên 2 đầu gối dang rộng quá 2 vai.

Quay người, bàn tay đẩy cho đầu gối trái chạm đất trước, ngang với chân phải. Trong khi đó tay phải đẩy đầu gối phải sang trái để ép nữa bụng, quay người hẳn sang phải. Sau đó đổi bên. Mỗi bên thực hiện 4 lần.

** Lưu ý:* 3 kiểu trên, thực hiện bên nào trước cũng được nhưng kiểu 4 phải đúng theo thứ tự.

- Thời gian: 15 giây

- Tác dụng: Đẩy nước vào ruột già giúp đẩy những cặn bả ra khỏi cơ thể.

5. Các bước thực hiện:

** Bước 1:* Uống ly nước mặn – nóng (độ nóng – độ mặn tối đa có thể dùng được)

** Bước 2:* Tập liên tục 4 động tác trên.

** Bước 3:* Uống tiếp nước và lại tập như trên cho đến ly thứ 6.

** Bước 4:* Uống xong 6 ly và tập xen kẻ 6 lần (4 động tác) thì đi tiêu (đại tiện).

- Nếu vài phút mà chưa đi được, lấy 3 ngón tay (trỏ - giữa – áp) chà quanh miệng theo chiều từ phải qua trái rồi xuống cằm (10-20 lượt). Sau đó lấy tay xoa quanh bụng theo chiều kim đồng hồ.

- Nếu vẫn chưa đi được thì quay lại tập các các động tác mà không cần uống nước.

- Nếu vẫn không đi nữa thì uống ½ lít nước ấm (không pha muối)

Thông thường, nếu không đi tiêu được thì xoa bụng và thực hiện thêm động tác là đi được.

** Bước 5:* Sau khi đã đi tiêu được thì tiếp tục Uống nước - Tập 4 động tác – Đi tiêu.

** Bước 6:* Khi thực hiện đến khoảng ly thứ 12 – 14, lúc đó đi tiêu ra nước sạch như nước uống vào là có thể ngưng. Nghĩa là lúc đó ruột đã sạch tối đa.

** Bước 7:* Sau khi ngưng uống, thì vẫn tiếp tục đi tiêu cho đến khi không tiêu đi nữa.

6. Sau khi súc ruột

- Sau khi súc ruột, bạn có thể uống cốc nước ấm. Sau 30ph – 1, bạn có thể ăn cháo loãng. Tuyệt đối không để bụng trống. Có thể ăn cháo gạo rang và thêm ít cà rốt, đậu xanh nấu nhuyễn (không gia vị)

- Và trong vòng 24h, chỉ nên ăn thức ăn nhẹ như cháo, bột ngũ cốc, soup rau củ. CẤM DÙNG: Trái cây tươi - chua, các loại gia vị cay – bia rượu.

- Sau 24h, ăn lại bình thường nhưng ăn càng ít thịt càng tốt.

7. Kết quả:

- Khi súc ruột, bạn sẽ rất ngạc nhiên khi nhìn thấy những gì trong ngóc ngách ruột được lưu trữ lâu ngày. Đó chính là đầu mối của rất nhiều bệnh tật và lão hóa, sạm da, chân tay đau nhức…

- Kết quả lâu dài bạn chưa thấy nhưng điều bạn thấy là cơ thể sẽ nhẹ nhõm hơn, hơi thở sạch hơn, giấc ngủ êm hơn...

8. Lưu ý:

- Phương pháp súc ruột không áp dụng được với các trường hợp: loét dạ dày, bệnh về đường ruột như tiêu chảy, kiết lỵ (phải đợi điều trị lành mới thực hiện), bệnh ung thư dạ dày, ung thư ruột.

- Những trường hợp hay chóng mặt, huyết áp thấp nên thận trọng vì dễ chóng mặt buồn nôn trong quá trình thực hiện. Nên ăn uống đầy đủ chất và nghỉ ngơi tốt vài ngày trước khi thực hiện.

- Mỗi năm ít nhất thực hiện 2 lần. Tốt nhất tháng một lần. Nhưng theo mình thì một quí thực hiện một lần là Ok.

9. Kinh nghiệm cá nhân

- Trước khi thực hiện, nên thực hành 4 động tác thuần thục để mất thời gian.

- Uống một lượng nước nhiều bạn sẽ thấy khó chịu tuy nhiên cảm giác đó nhỏ hơn nhiều so với cảm giác bị say xe.

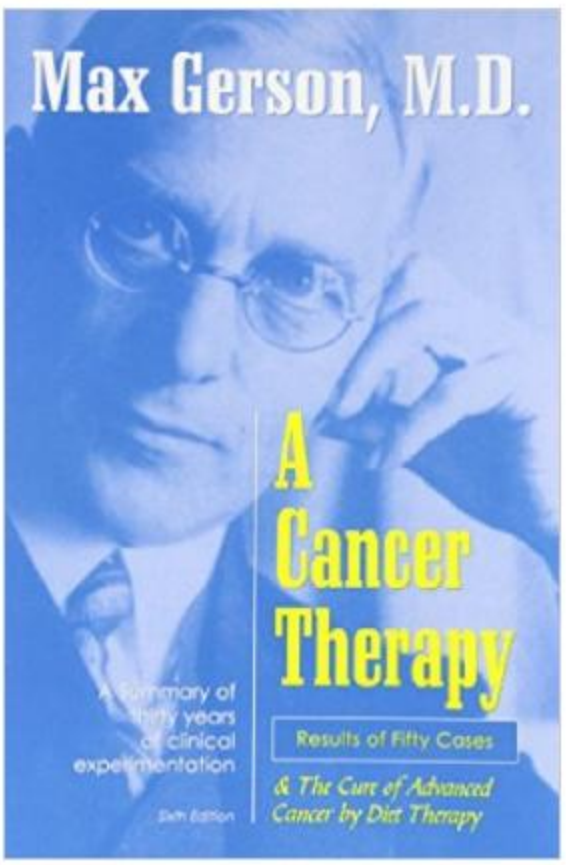
- Bắt đầu từ ly nước thứ 6, bạn không nhất thiết uống đủ 1 ly và thực hiện đủ 4 động tác rồi đi mới đi tiêu. Bạn có thể linh động đi tiêu tùy thuộc cảm giác lúc đó.

- Nếu bạn thực hiện nhanh thì chỉ mất 1 giờ. Tuy nhiên, có thể vì uống quá nhiều nước nên bạn sẽ thấy khó chịu nên bạn không thể thực hiện nhanh được. Vì thế, lúc thực hiện cứ lắng nghe cơ thể, đừng quá gượng ép. Ban đầu mình thực hiện mất 2h.

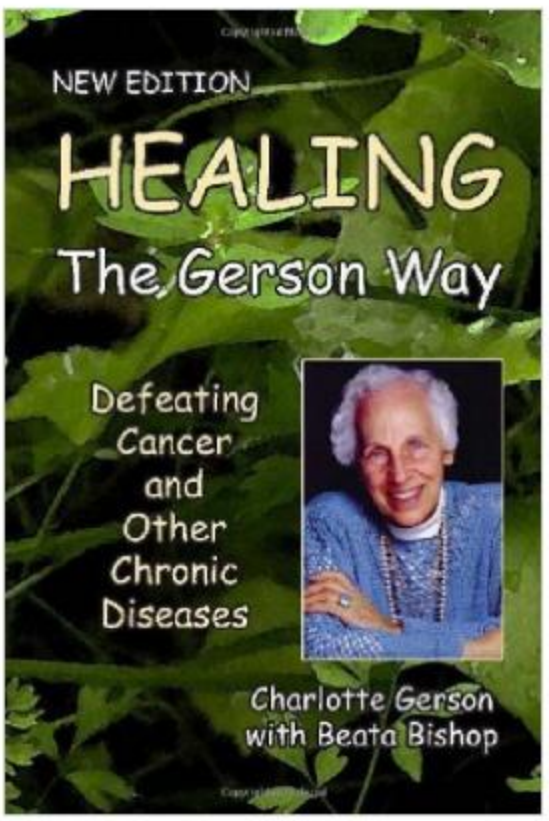
- Bạn đừng vội kết thúc sớm, hãy cố gắng đợi lúc nước thật trong rồi hãy dừng.

TÀI LIỆU CẦN ĐỌC

1. A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases and the Cure of Advanced Cancer by Diet Therapy - *Điều trị ung thư – Kết quả của 50 trường hợp và chữa ung thư bằng liệu pháp ăn uống*



Đây là cuốn sách đầy đủ nhất về các trị liệu Gerson. Dựa trên 30 năm thử nghiệm lâm sàn trị liệu ung thư bằng chế độ ăn uống. Tiến sĩ Gerson giải thích đầy đủ cách điều trị kích hoạt cơ chế chữa bệnh của cơ thể trong các bệnh thoái hóa mãn tính. Và giải thích sâu rộng về lý thuyết với nghiên cứu khoa học và thực hành chính xác của điều trị. Và 50 trường hợp trong hàng trăm bệnh nhân ông chữa trị trong 30 năm.



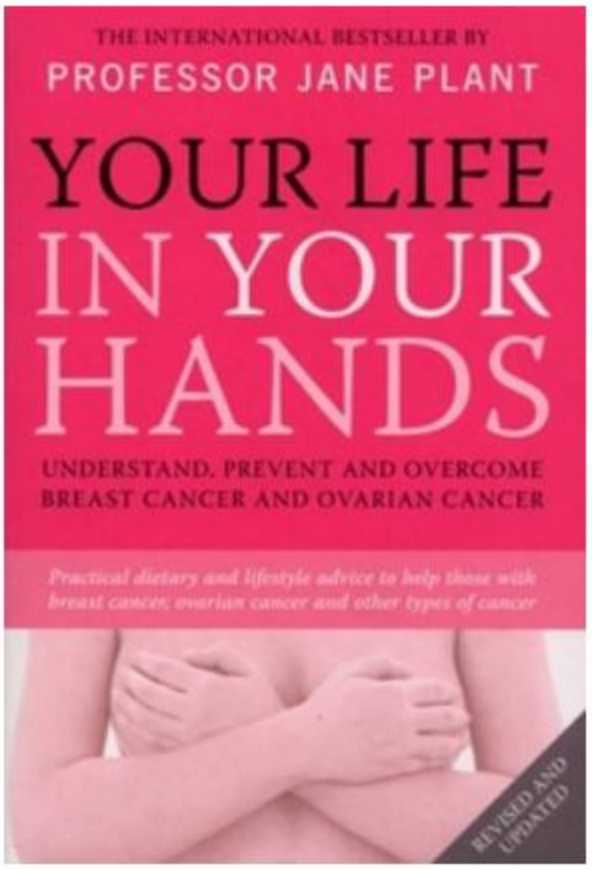
2. Healing – The Gerson Way

Cuốn sách chia sẻ và hướng dẫn đầy đủ về lí thuyết và thực hành các trị liệu ăn uống theo phương pháp Gerson.

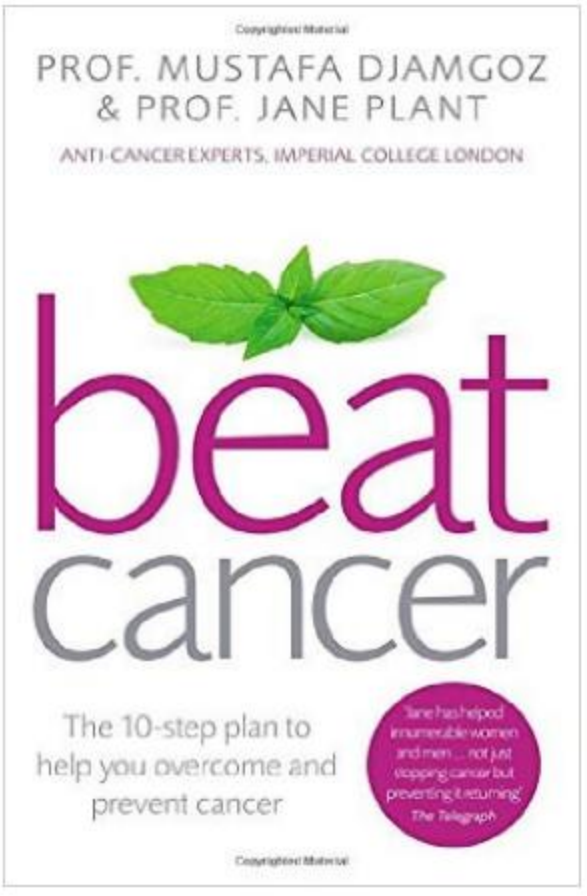
Cuốn sách này cung cấp các giải pháp trong các hình thức của một

chương trình dinh dưỡng chính xác bằng rực rỡ mà loại bỏ các nguyên nhân gây bệnh, dẫn đến phương pháp chữa trị lâu dài. Không chỉ là giải pháp chữa nhiều loại ung thư, nó còn cung cấp các điều kiện để hỗ trơ chữa các bệnh thoái hóa khác.

3. Your life in your hands (Cuộc sống trong tay bạn)



Đây là cuốn sách bán chạy của Giáo sư Jane Plant. Nữ giáo sư chia sẻ về quá trình chữa bệnh đau khổ của mình với căn bệnh ung thư vú. Và kinh nghiệm chữa bệnh, cách phòng chống và cách khắc phục bệnh ung thư vú thông qua chế độ ăn uống và thay đổi lối sống và cho nhiều bệnh ung thư khác.

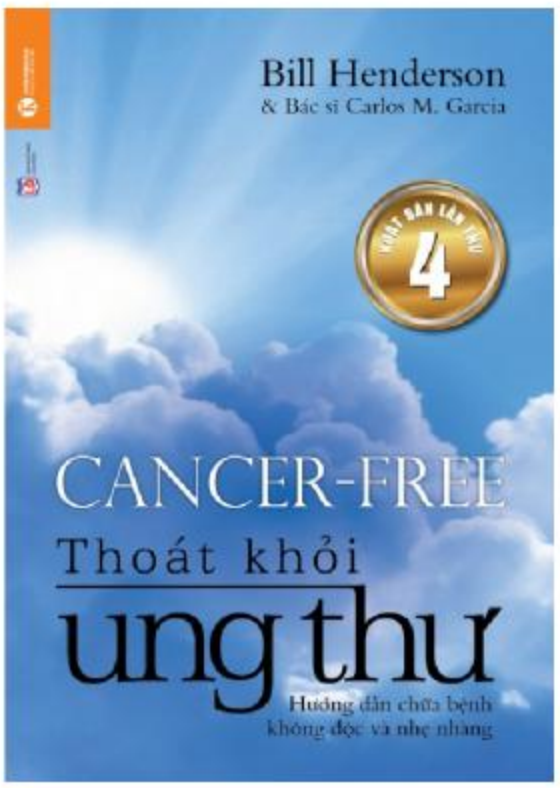


4. Bear Cancer (Đánh bại ung thư)

Cuốn sách của Giáo sư Jane Plant và Giáo sư Mustafa Djamgoz trình bày một chương trình trị liệu gồm 10 bước rõ ràng và khoa học để giúp bạn đánh bại bệnh ung thư. Cuốn sách này cung cấp các

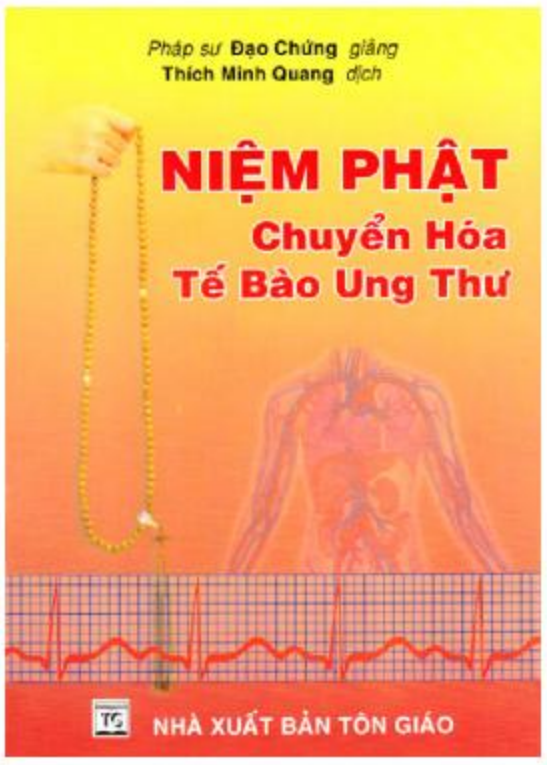
hướng dẫn cần thiết bạn cần phải kiểm soát cuộc sống của bạn và lấy lại sức khỏe của bạn với lời khuyên nhắm mục tiêu cho các bệnh ung thư cụ thể.

5. Cancer-Free – Thoát khỏi ung thư



Cuốn sách "Cancer-Free - Thoát khỏi ung thư" – Đã được dịch sang tiếng việt. Quyển sách "Thoát khỏi Ung thư" của Tác giả Bill Henderson – Hoa Kỳ (nêu ở phương pháp thứ 6) sẽ giúp bạn hiểu rõ ràng hơn về bệnh Ung thư, cách điều trị, phương pháp phòng ngừa, chế độ ăn uống cho bệnh Ung thư

6. Niệm Phật chuyển hóa tế bào Ung thư



Tác giả: Pháp sư Đạo Chứng. Pháp Sư từng là một Bác sĩ (bác sĩ Quách Huệ Trân) chuyên điều trị bệnh ung thư nhưng Pháp sư cũng mang trên mình căn bệnh ung thư. Bằng phép nhiệm màu của tụng kinh niệm Phật, Pháp sư đã chữa khỏi căn bệnh ung thư của mình và đã giúp đỡ nhiều người thoát khỏi căn bệnh ung thư. Cuốn sách "Niệm Phật chuyển hóa tế bào ung

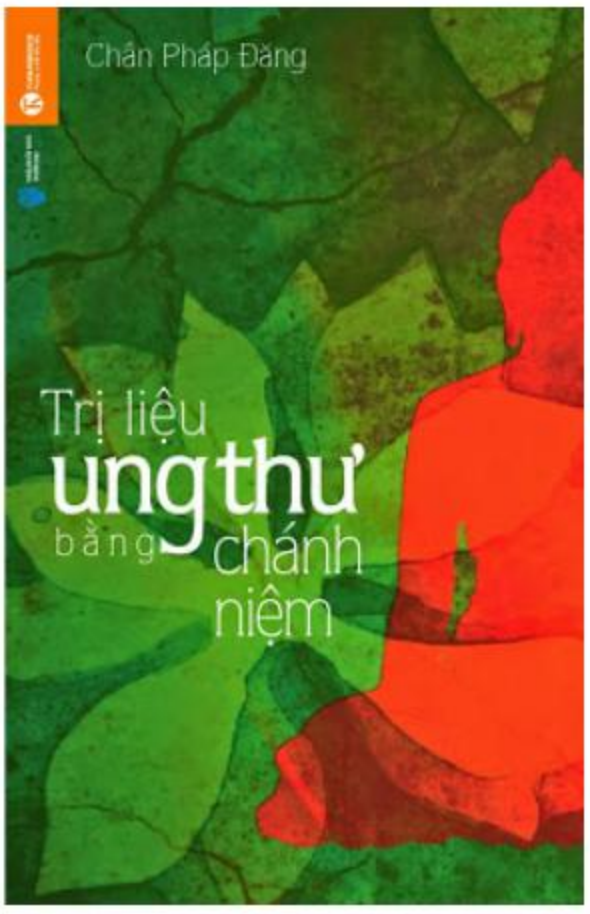
thư" được Pháp sư chia sẻ về kinh nghiệm chữa bệnh ung thư cũng như lời dạy vô giá của Pháp sư trong chữa trị bệnh ung thư.

7. Câu chuyện về Niệm Phật chữa khỏi bệnh Ung thư

Tác giả: Phật tử Huệ Chân

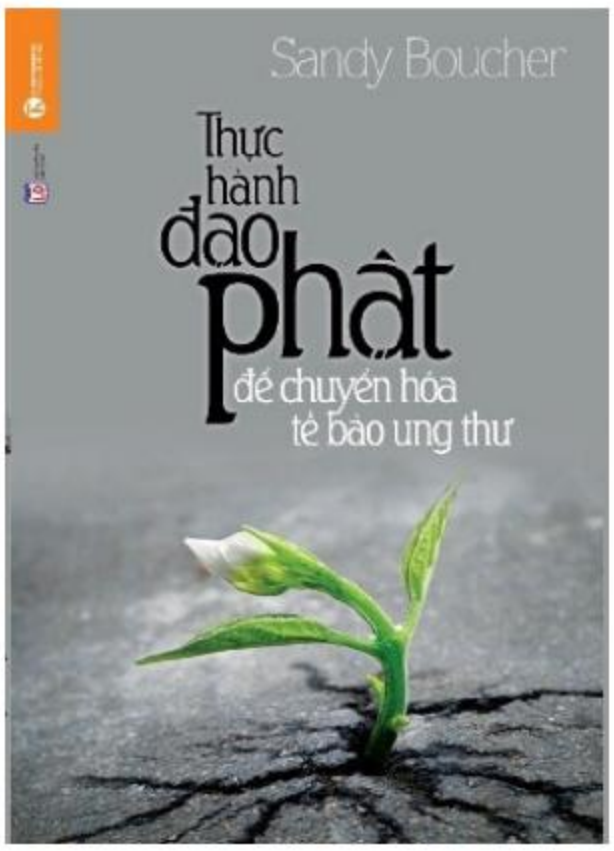
Cuốn tập tài liệu nhỏ gồm nhiều bài viết hữu ích và các câu chuyện chữa khỏi bệnh ung thư. Những nội dung trong quyển sách, phần nào có thể lí giải vì sao tế bào ung thư có thể chuyển hóa thành tế bào khỏe mạnh.

8. Trị liệu ung thư bằng chánh niệm



Tác giả: Thầy Chân Pháp Đăng. Đây là cuốn sách kể về quá trình trị liệu ung thư thành công của thầy Chân Pháp Đăng. Cuốn sách chia sẻ lại hành trình trị liệu thành công căn bệnh ung thư đại tràng mà thầy không sử dụng bằng các phương pháp hóa trị xạ trị. Qua đó thầy cũng muốn nhắn gởi đến mọi người hãy lạc quan bình tĩnh đối diện với bệnh tật và sống chánh niệm.

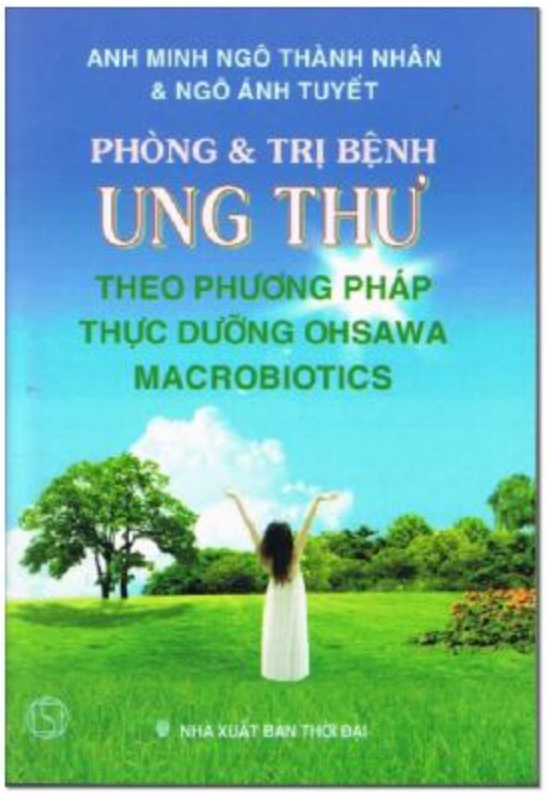
9. Thực hành đạo Phật chuyển hóa tế bào ung thư



Cô Sandy Boucher là một nhà văn, một giáo viên đồng thời là một Phật tử người Thái Lan. Năm 1995 cô được phát hiện ung thư trực tràng. Khi biết mình mắc ung thư, cô không tránh khỏi những suy nghĩ bi quan, chán nản, cô cảm thấy những ngày tối tăm đầy thử thách. Nhưng là một người Phật tử, nhờ tinh tấn thực hành lời Phật dạy đã giúp cô vượt qua quá trình trị liệu và chiến thắng bệnh tật.

Cuốn sách kể về hành trình chữa ung thư trực tràng của Cô Sandy Boucher và những chia sẻ quí giá cũng như kinh nghiệm tinh tấn học Phật của Cô.

10. Phòng và trị bệnh ung thư bằng phương pháp thực dưỡng Ohsawa.



Đây là cuốn sách về phòng và trị bệnh ung thư theo phương pháp thực dưỡng Ohsawa.

Cuốn sách hướng dẫn chi tiết cách thực hành ăn uống theo phương pháp thực dưỡng Ohsawa.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

A. Các loại sách

1. *A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases and the Cure of Advanced Cancer by Diet Therapy* (*Điều trị ung thư – Kết quả của 50 trường hợp và chữa ung thư bằng liệu pháp ăn uống)* – Tác giả: Tiến sĩ Max Gerson.
2. *Healing – The Gerson Way* của Charlotte Gerson
3. *Cancer-Free - Thoát khỏi ung thư* - Tác giả Bill Henderson
4. *Niệm Phật chuyển hóa tế bào ung thư* – Tác giả Pháp Sư Đạo Chứng
5. *Câu chuyện nhờ Niệm Phật chuyển hóa tế bào ung thư* – Tác giả: Huệ Chân
6. *Trị liệu Ung thư bằng Chánh Niệm* – Tác giả Thầy Chân Pháp Đăng
7. *Thực hành đạo Phật để chuyển hóa tế bào Ung thư* – Tác giả: Sandy Boucher
8. *Thực dưỡng Macrobitics Hồi Xuân & Sống thọ* - Tác giả: George Ohsawa (Dịch giả: Anh Minh, Ngạn Ôn & Ngô Ánh Tuyết)
9. *Cancer can be cured* (Ung thư có thể chữa được) của Linh mục Romano Zago

10. *Phòng và trị bệnh ung thư bằng phương pháp thực dưỡng Ohsawa* – Dịch giả: Anh Minh Ngô Thành Nhân & Ngô Ánh Tuyết.
11. *Bí Mật của nước* – Tác giả: Masara Emoto (Dịch giả: Thanh Huyền)
12. *Thông điệp của Nước* - Tác giả: Masara Emoto (Dịch giả: Thanh Huyền)
13. *Thiền định và Tâm trí diệu kỳ* – Tác giả Minh sư Patriji (Dịch giả: Nguyễn Trần Quyết)
14. *Tự chữa lành* – Nhiều tác giả (Dịch giả: Nguyễn Trần Quyết)
15. *Suối nguồn tươi trẻ* - Tác giả: Peter Kelder

B. Các website tham khảo:

1. www.thetruthaboutcancer.com
2. www.CancerTuTor.com

Trang web này được liên kết chặt chẽ với Quỹ độc lập nghiên cứu ung thư, Inc (ICRF) là một trong những tổ chức phi lợi nhuận hiếm màkhôngđược kiểm soát bằng thuốc y học chính thống - trực tiếp hay gián tiếp.Các trang web Ung thư Tutor lợi ích từ nghiên cứu của họ, như bất kỳ trang web của điều trị ung thư thay thế khác có thể.Trong thực tế, các ICRF giữ liên lạc và trao đổi thông tin với, ít nhất ba tổ chức điều trị ung thư thay thế phi lợi nhuận khác.

3. www.Gerson.com
4. www.drday.com
5. www.cancernaturalcure.com
6. www.chrisbeatcancer.com
7. www.hippocratesinst.org
8. www.JanePlant.com
9. www.ruthheidrich.com
10. www.healingcancernaturally.com
11. www.cancernaturaltherapyfoundation.org
12. www.jaykordich.com
13. www.canceractive.com
14. www.budwigcenter.com
15. www.mayoclinic.org
16. www.natureworx.com
17. www.fightingcancer.com
18. www.thecuretocancersummit.com
19. www.cancerfightingstrategies.com/causes.html
20. www.cancer.gov
21. www.cancer.org